ROK I-szy 25 LUTEGO 1935 R. Opłata pocztowa uiszczona ryczałtem

PRAKTYCZNA PANI

30 GR.

DOBRA OBYWATELKA

Nº 3

DWUTYGODNIK ILUSTROWANY

WYCHODZI 10 i 25 KAŻDEGO MIESIĄCA



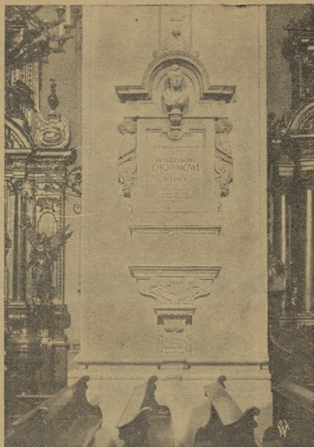
Numer ten zawiera 32 str. tekstu z rycinami i kolorowemi modelami sukien oraz osobny arkusz z tablicą krojów i wzorami robót.

TREŚĆ:

W 125 letnią rocznicę urodzin Chopin'a



Maska pośmiertna Fryderyka Chopina ze zbiorów Muzeum Narodowego w Warszawie.



Świeżo odrestaurowana tablica w miejscu spoczynku serca genjalnego kompozytora, w kościele Św. Krzyża.



Zabytkowy kościół obronny w Brochowie nad Bzurą, w którym Chopin przyjmował chrzest św.



Odbudowana oficyna dworu Skarbków w Żelazowej Woli, pow. Sochaczewski, gdzie 22.II 1810 r. urodził się Fryderyk Chopin.

O MORZE! O ŚWIĘTE W DAL WROTA!

Ta fala zielona, ta przestrzeń przed nami,
Ta dal opalowa drgająca żaglami,
To morze! to polskie jest morze!
To triumf walk krwawych, krzyż świętej zasługi,
Wysiłek serc naszych wytrwały i długi,
Lot orli w swobodne przestworze.

To poryw miłości; polskiego cios młota
Wyważył naścieżaj w daleki świat wrota,
Dozwolił odetchnąć wichrami!
To mało szmat ziemi! to mało te fale!
Naszemi są dzisiaj bezbrzeżnych mórz dale,
Dróg tysiąc otwarte przed nami!

Na szlakach dalekich mkną polskie okręty,
I klaszcze nasz sztandar przez morski wiatr wzdęty,
I rwie się do lotu tęsknota!
I dusza wzlatuje marzenia skrzydłami:
Świat cały otwarty! świat cały przed nami!
O morze! o święte w dal wrota!

Matki morza

Piętnaście lat minęło od uroczystych zaślubin Polski z Bałtykiem. Piętnaście lat wytężonej pracy nad rozbudową gdyńskiego portu z jednej strony, nad rozbudową kultu morza w duszach polskich z drugiej. Nasz tonnaż powiększył się wielokrotnie, port gdyński rozrasta się w narodzie w głębokie poczucie zespolenia z morzem?

Czy zdajemy sobie sprawę, że te piaszczyste ławice, które wiatr roznosi, a drapieżne morze kąsa i szarpie, to próg naszej przyszłości? Że na tym progu powinniśmy warować, jak pies, bo z niego dopiero dźwigną się w górę przyciesie naszej potęgi. Kto posiada morze, temu cały świat stoi otworem, więcej: dla tego cały świat jest do zdobycia. Morze, to klucz wolności.

Żywiołowy pęd do morza narodów, które własnego wybrzeża nie posiadają, to objaw zdrowego instynktu samozachowawczego, to jeszcze jeden dowód, że morze dla państwa — to jak powietrze do oddychania dla człowieka. Dusi się bez jego dostępu.

Morze! Potężne ramię, które opasuje cały glob ziemski wibrującym uściskiem; ruch, który nigdy nie spoczywa, życie, które nigdy nie zamiera; wicher, który nie zna tamy; droga, na której niema przeszkód.

Morze! Żywioł człowieka silnego, pioniera i zdobywcy. Jesteśmy dumni z Conrada—Korzeniowskiego, który z domu niewoli i żałoby uniósł na morze swą płomienną żądzę życia, przygód i wolności. Czy dużo jest między nami takich Conradów? Niewątpliwie istnieją u nas entuzjaści morza, ale szerokie masy odnoszą się do niego raczej z uczuciem wiernej dumy.

No tak! Morze, Gdynia, podziw cudzoziemców... Czasem jakaś złotówka na Ligę Morską, czasem jakiś obchód rocznicowy, czasem jakiś wyjazd na lato do Orłowa, czy Jastarni. I na tem koniec.

I tu właśnie otwiera się dla kobiety polskiej pole propagandy. Teren niesłychanie dla niej odpowiedni, bo wymagający intuicji, szybkiej orjentacji, sztuki życia, talentów towarzyskich, daru przekonywania, znajomości tych wszystkich sprężyn i sprężynek, w których poruszaniu kobieta nasza jest tak biegła, że jej tego przedstawicielki innych nacyj zazdroszczą. Te martwe nieraz, albo w smętnym bezruchu wegetujące kapitały przedsiębiorczości, należy czemprędzej uruchomić w akcji zdobywania. Tak! zdobywania naszego wybrzeża, które jest ciągle jeszcze ziemią obiecaną dla szerokich mas. Kampanja musi być planowa, systematyczna, jednolita na całym froncie, bez szczerb, luk i załamań.

Jednym z najważniejszym odcinków tego frontu jest udostępnienie wyjazdu nad morze i zwiedzenia Gdyni tym wszystkim, którzy tego morza jeszcze nigdy nie widzieli. A więc: daleko idące zniżki kolejowe, organizowanie zbiorowych wycieczek, tanie pociągi turystyczne z noclegami, i to nietylko ze stolicy i z większych ośrodków miejskich kraju, ale z najdalszych kresów i zakątków Rzeczypospolitej, wszędzie tam, gdzie nie sięga polska książka i

gazeta, ale sięga i jątrzy wroga propaganda.

Ambicją naszego Ministerstwa Komunikacji powinno być, aby w ciągu przyszłego lata jaknajwiększa ilość obywateli poznała polskie morze. O tych właśnie, do dziś dnia wydziedziczonych, dbać trzeba w pierwszym rzędzie, bo ci, którzy choć raz byli nad morzem, napewno do niego wrócą.

Żywioł ciągnie i przykuwa nazawsze.

Ale zanim młodzieniec lub człowiek dorosły z nim się zetknie bezpośrednio, trzeba go wychować w kulcie morza.

Szkoła robi tu bardzo dużo przez odpowiednie wykłady, obchody, pokazy i wycieczki. Ale pracę w tym kierunku trzeba zaczynać wcześniej, niż w szkołach. Trzeba ją zaczynać od kolebki. Nic tak głęboko nie zapada w pamięć i serce dziecka, jak słowa pacierza i piosenka matczyna.

Wzbudzić entuzjazm do ekspansji morskiej, zaszczepić go niejako w krew swoich dzieci, oto obowiązek dzisiejszych matek poskich, matek przyszłych zdobywców oceanu. Nie chodzi nam bynajmniej o to, żeby siłą przerobić Polaków na naród żeglarzy. Nie wymaga tego od nas ani nasze położenie terytorjalne, ani ustrój wewnętrzny. Nie jesteśmy ani Anglją, ani Holandją. Zamiast otwartych naprzestrzał wrót, mamy tylko wąskie okienko na morze. Ale tem okienkiem, jak szparą skarbonki, płynąć mogą do nas miljony.

Istniała podczas wojny instytucja „Cherzestnych Matek", wiemy, jak nieocenione oddała usługi dla podtrzymania ducha żołnirzy na froncie. Nastały czasy pokoju, ale nasz front morski ciągle jest czynny, ciągle zagrożony. Społeczeństwo daje wyraz swemu zainteresowaniu sprawą morską przez należenie do Ligi Marskiej i Kolonjalnej, współpracującej z rządem.

Ale Liga nie może dotrzeć wszędzie. Działa raczej masowo, na grupy, nie na jednostki. Indywidualne oddziaływanie należy do kobiet. Jak były niegdyś matki chrzestne żołnierzy, niech będą „Matki Morza". Te, które wychowują nietylko przyszłych marynarzy, ale przyszłych zdobywców morskiej i zamorskiej potęgi przez wiedzę, organizację, wynalazki, rolnictwo, przemysł, handel, bublicystykę, literaturę isztukę.

Matki Morza! To nietylko te, które mają dzieci. Każda kobieta może być matką morza, jego opiekunką, zdobywczynią i strażniczką. Każda kobieta polska ma prawo pretendować i przyznać się do tego macierzyństwa.

Chwila bieżąca otwiera nowe, jakże wdzięczne pole działalności przed miljonami polskich kobiet z całego kraju, przed tą rzeszą, trawioną głodem pracy społecznej. Rzeszą, która w imię tego głodu i pod nakazem obowiązku obywatelskiego umiała zespolić się niejednokrotnie w karną armję, zrosnąć się w olbrzyma o miljonach ramion, skupić w mrowisko, wysiłkiem zbiorowym przenoszące góry.

Skromna kaszubska rybaczka, dziecko jałowych mierzei i lotnych piasków wybrzeża, władczyni nieopasanych żadną granicą morskich przestrzeni, wyprawiająca co noc synów swoich na połów — dzisiaj nie jest samotna.

Stoją za nią miljony, którym na imię — kobieta polska. Szara, powszednia, bezimienna postać rybaczki urasta dziś do miary potężnego symbolu „Matki morza".

Stefanja Podhorska-Okołów.

IDZIEMY KU RADOSCI!

Jeno radości, radości, radości
Dla serc i piersi i oczu i uszu,
Byśmy się wszyscy, pokorni i prości
Stali, jak ogród w wiosny pióropuszu.
K. Wierzyński.

Czytając te cudowne wiersze ma się wrażenie, że w dusznej, mrocznej izbie otworzono nagle naścieżaj okna i wpuszczono do środka świeże, czyste, aromatyczne powietrze. Bo tęsknota do radości jest w nas mocna, wytrwała, pełna nadziei i gdybyśmy tylko zrozumieć ją potrafili, okazałaby swą siłę twórczą, swoją żywotność przedziwną, swoją władzę błogosławioną. Radość życia tkwi w nas głęboko mocnemi, zdrowemi korzeniami, wyrywa się do słońca i ciepła, a my ją sami nierozumni dławimy w imię jakichś przesądów i uprzedzeń i wypieramy jej jak grzechu.

Rozejrzyjmy się dokoła, popatrzmy uważne tam gdzie spotykamy życiodajne siły natury w swojej bezpośredniej szczerości, wszędzie bierze górę radość.

Jeszcze ostatnie śniegi nie zdążą stopnieć pod gorącem tchnieniem wiosny, gdy wątły kwiatek pierwiosnek wygląda ze swych osłonek. Jeszcze przewalają się wśród chmur ostatnie grzmoty letniej burzy, gdy wąski promień złocistego słońca wybija sobie okno wśród obłoków i jasną strugą spływa na spłakaną ziemię. Jeszcze rozełkana pierś dziecka wzdyma się ostatnim szlochem, gdy oczki od łez wilgotne uśmiechają się radośnie i patrzą w świat z ufnością i nadzieją. Potężne siły natury pchają w świat do czynu, do radości, do słońca. Winnice okrywają zbocza gór ziejących lawą; na zgliszczach pozostawionych przez wojnę wykwitają wieżyce świątyń, szkoły i szpitale; na powodzią zlanych ziemiach ścielą się dywanami szmaragdowe łąki. Błogosławieństwo nadziei strumieniem światła i łaski rozświetla mroki niedoli.

Zdawałoby się, że to co jest skarbem życia musi być pożądane i cenione, a jednakże tylu ludzi odwraca się od radości, wypiera jej i nawet wstydzi. Ta moc odradzająca, ta siła dźwigania się z nieszczęścia i uśmiechania wśród burzy, wydaje im się karygodną lekkomyślnością, pustotą, płytkością i egoizmem. Ach, jakże się strasznie mylą!

Radość jest łaską, radość jest cudem, błogosławieństwem, talizmanem i cnotą! A gdziekolwiek żyje duch promieniujący radością tam nie masz chłodu ani ciemności, nie masz niechęci ani złości, ani goryczy. Jak słońce oświecające ziemię daje życie ziołom i drzewom, tak uśmiech człowieka rodzi w duszach nadzieję, osusza łzy, napełnia serca otuchą.

Kto umie zbudzić pogodę i radość w duszy własnej, ten jest jako biorący w rękę pochodnię aby nią po drogach świecił. Będzie w nim moc pociągająca serca, siła wskazywania drogi, zdolność ulżenia dźwigającemu ciężaru. I nie trzeba aby tę radość słowami głosił, kazał czy nauczał. Radość jest płodna i zakwita wszędzie, gdzie jej ziarenko spadnie. Uśmiech rodzi uśmiech, a za nim idzie światło i ciepło i siła i odpocznienie.

Spytacie gdzie radości szukać, spytacie nieufni, niechętni może a napewno niedowierzający. Szukać jej zgoła nie należy, jest tuż, trzeba ją tylko zobaczyć, jest w nas, trzeba ją tylko obudzić. Przedewszystkiem ośmielić. Powiedział wielki filozof, że „gwiazdy twego przeznaczenia są w piersi twej", jakże to piękne i prawdziwe. Gwiazdy, słońce, radość! szukamy ich poza sobą, szukamy w butelkach wina, szukamy w przelotnych miłostkach, w brzęczących trzosach, na dancingach, szukamy i nie znajdziemy, a one przyczaiły się cicho w naszym domku, między doniczkami na oknie i czekają naszego powrotu.

Znajdźmy siebie, odczytajmy w sobie sens życia a znajdziemy radość. Trzeba to zgłębić i zrozumieć, że cieszyć się jest rzeczą ludzką, że piękniej jest głosić z radością iż niebo jest błękitne, niż utyskiwać na błoto, że rozumniej jest wyrażać zadowolenie z uniknięcia straty czy przykrości, niż chodzić po świecie postękując nad możliwością niepowodzeń.

Takie się to wydaje proste, takie jasne, takie zrozumiałe; a ludzie jakby na zaprzeczenie tej prawdzie pielęgnują w sobie smutek, hodują niezadowolenie, ukrywają porywy radości.

Ileżby przybyło jasności, gdyby kobiety, żony, gospodynie, matki, przestały lubować się w westchnieniach, narzekaniach i żalach, gdyby zamiast zgorzkniałych odezwań i skwaszonych min, rozdawały wokoło uśmiechy i życzliwe słowa zachęty. Spełniłyby dobry uczynek i wraz by wzięły zapłatę. Bo radość, nową radość rodzi, a gorycz i smutek są jako nieurodzajny popiół, którym przysypujemy dusze.

Świat jest piękny i mądry i dobry, ale trzeba to umieć odkryć, nie w nim a w sobie, bo świat nasz jest taki jaką jest głąb duszy naszej. Cierpienia i troski są równie przemijające jak szczęście i pomyślność, nie godzi się wiecznie płakać ani zabijać jasności, które ma moc podźwignięcia z upadku, odrodzenia i zwycięstwa.

Obowiązkiem naszym jest światło w sobie odnaleźć, rozdmuchać i podzielić się niem z bliźnimi. Obowiązkiem siać radość, bo ona jest zadatkiem mocy i na swój obraz winna ukształtować życie.

Bo radość nie jest lekkomyślnością a mądrością.

Nie jest płytką bezdusznością, lecz wielką i piękną cnotą!

Mar. Sz.

Najlepsze przyjaciółki kryzysu i bezrobocia

Pani inżynierowa kupiła dla trojga swych dzieci trzy pary sportowych bucików w zagranicznej firmie mechanicznego obuwia, a choć dzieci narzekały, że buty są ciężkie i niewygodne, przecięła wszystkie zarzuty jednem zdaniem:

— Teraz kryzys, kupuję tam, gdzie taniej.

Pani inżynierowa nie raczyła zwrócić uwagi, że w tej samej kamienicy, w której mieszka, zlikwidował się stary sklep z obuwiem krajowem, a prześliczne pantofelki, pieścidełka sztuki szewckiej poszły zabezcen na licytacji. Nic dziwnego, przecież teraz kryzys, a oszczędne panie, w rodzaju pani inżynierowej, wolą kupować tanią tandetę zagraniczną.

* * *

Pani doktorowa, wybierając materjał na kostjum wiosenny, żądała bezwarunkowo oryginalnego materjału angielskiego. Subjekt uśmiechnął się i przedstawił jej nowiusieńką sztukę z marką „Made in England". Pani doktorowa bez wahania zapłaciła żądaną sumę, choć przy krajowych materjałach targowała się zawzięcie. Subjekt uśmiechał się ciągle, zawiązując paczkę. Pani doktorowa nie wiedziała, że materjały bielskie sprzedawane są w Angli i we wszystkich kolonjach angielskich z tą samą marką „Made in England".

Nie wiedziała, że kupiła wyrób krajowy i była **patrjotką mimowoli**, albo raczej **wbrew woli**. Jej snobizm był zadowolony, ale sumienie obywatelskie? O niem pani doktorowa nie pomyślała.

* * *

Pani radczyni zanudza wszystkich znajomych kurjerów dyplomatycznych prośbami o kupno zagranicznych perfum, kosmetyków, pończoch i jedwabi. Biedacy wykręcają się, jak mogą, ale pani radczyni jest nieubłagana. Wierzy tylko w zagranicę.

Pani Anita, właścicielka dobrze prosperującego magazynu mód, wracając z wycieczki zagranicznej (bez paszportów i wiz) kazała swemu mężowi ukryć dwa modele kapeluszy filcowych w jego własnej garderobie (dosłownie w spodniach), licząc na to, że do osobistej rewizji nie dojdzie.

Pani Anita wolała narazić siebie i męża na kompromitację, niż zapłacić kilkanaście złotych cła.

Wytworna pani X., znana w szerokich kołach towarzyskich, jadąc na wycieczkę morską polskim statkiem, zameldowała w urzędzie celnym, że zabiera ze sobą lornetę i gramofon. Postępuje się tak zwykle, gdy się zabiera ze sobą tego rodzaju przedmioty, a nie chce się być zapowrotem posądzonym o przewożenie kontrabandy.

Pani X. była bardzo przewidującą i oszczędną niewiastą. Kupiła zagranicą doskonałą lornetę i wspaniały gramofon i zademonstrowała je w Gdyni, w urzędzie celnym, jako kupione w kraju i zabrane w podróż, zgodnie z urzędowem świadectwem.

Pani X. nie przyszło na myśl, że postępując w ten sposób, krzywdzi swoje własne, z takim trudem przez swego ojca, męża, braci i synów wywojowane Państwo. Gdy ktoś nazwałby ją oszustką nietylko wybuchnęłaby oburzeniem, ale napewno pociągnęłaby śmiałka do odpowiedzialności sądowej. A jednak, czy miałaby rację?

Pomijając etyczną stronę postępowania ostatnich pań, musimy poddać bacznej analizie psychologję tych wszystkich osób, które w dokonaniu zakupów kierują się przytoczonemi wyżej pobudkami.

Pierwsza z nich, owa pani inżynierowa, idzie po linji źle zrozumianej oszczędności. Kupuje to, co tańsze, nie dbając, czy wyrób krajowy, czy zagraniczny, trwały, czy tandety. Chodzi jej o to, aby **doraźnie** nie wydać większej sumy. Nie myśl o jutrze.

Jest to typowa kalkulacja na krótką metę, bez perspektywy. Takim paniom możnaby dowieść z łatwością, że zgodnie z ludowem przysłowiem „Za tanie pieniądze psi mięso zjedli", i że zamiast kupić jedną dobrą, choć droższą parę butów na rok, będą musiały kupić dwie, wprawdzie tańsze, ale niewygodne i niepraktyczne.

Ta druga pani, co to żądała koniecznie angielskich materjałów, choruje na **snobizm**. Jest to choroba ciężka, rzadko kiedy uleczalna. Jako radykalną odtrutkę z powodzeniem stosuje się inny snobizm. Klin klinem. Tak naprzykład od paru lat grono osób, szerzących propagandę krajowego lniarstwa, udało się zaszczepić w pewnych sferach snobizm lnu.

Elegantki zaczęły się ubierać w płótno krajowe nie dlatego, że tanie trwale i praktyczne, ale dlatego, że modne.

Z panią radczynią, tą od kosmetyki i perfum, trudniej dyskutować. Bo jakże przekonać kobietę, która tylko własną urodę ma na widoku? Jedynie stosując na jej twarzy tajemnicze preparaty, o których dopiero później dbała o swoją cerę dama dowiaduje się, że są krajowe i równie dobre, a czasem lepsze od zagranicznych.

Pole otwarte dla dyplomacji salonów piękności, kosmetyczek i masażystek.

O pani z kapeluszem i o pani z gramofonem nic nie mam do nadmienienia. Ich czyny same mówią za siebie, dyskwalifikując je i pod względem moralnym i społecznym.

A teraz rzecz szczególna. Te wszystkie panie, bez względu na ich poziom intelektualny i towarzyski, były zadziwiająco solidarne w jednem: w szkodzeniu swojemu Państwu i swojej wytwórczości.

Możnaby je wszystkie zamknąć w jedną szufladkę z napisem:

Szkodniki społeczne i ekonomiczne, najlepsze przyjaciółki bezrobocia i kryzysu.

Na ich częściowe usprawiedliwienie możnaby powiedzieć, że „Niewiedzą, co czynią", ale mizerna to pociecha. Nieświadomość podobno grzechu nie czyni, ale w równym stopniu krzywdzi, jak czyn świadomie złośliwy. Kodeksy wszystkich państw pouczają, że nikt nie może się tłomaczyć nieznajomością prawa, tembardziej osoby inteligentne i równouprawnione.

Wszystkie wyżej wymienione panie napewno głosowały do sejmu, niektóre z nich i do senatu. Zdawało im się, że w ten sposób budują swe Państwo. Rzeczywiście oddając swój głos do urny wyborczej, jedną ręką je budowały. Kupując wyroby zagraniczne, a pogardzając krajowemi, drugą ręką to Państwo burzyły.

Nie przyszło im na myśl, że godzą wprost w egzystencję polskiego szewca, tkacza, kapelusznika, fabrykanta, kupca, hodowcy, rolnika. Że wytwarzają błędne koło, pętlę, która dusi naszą samodzielność gospodarczą, uniezależnienie się ekonomiczne, rozwój przemysłu i handlu i oddaje nasz niedawno z niewoli politycznej wyzwolony kraj w ciężką niewolę ekonomiczną.

Nie pomyślały, że usuwają ostatnią deskę ratunku spod nóg tysięcy polskich pracowników i że na słowa kryzys, bezrobocie, składa się mnóstwo takich drobnych posunięć, takich nieznaczących bezmyślności.

Jaka na to rada? Jedna jedyna: nauczyć się patrzeć na świat i ludzi nie z ciasnego punktu widzenia indywidualnych i chwilowych interesów, ale z wysokości sprawy ogólno krajowej.

Codzienne zagadnienie załatwiania zakupów powinno być rozstrzygane nie pod kątem zapytania: „Czy to dla mnie jest dobre, korzystne i wygodne", ale: „Czy to się godzi z dobrem mego Państwa".

Dobro Państwa pokrywa się predzej lub później z dobrem poszczególnych obywateli, ale fałszywie pojęte dobro jednostek rzadko kiedy pokrywa się z dobrem Państwa.

O tem musimy pamiętać, jeżeli nie chcemy dopuścić do katastrofy ekonomicznej naszego kraju.

Hasło „Kupuj wyroby krajowe"! może i powinno być wprowadzone w czyn przedewszystkiem przez kobiety. Ale przez kobiety, które nietylko **chcą, ale wiedzą**, albo przynajmniej starają się dowiedzieć, jak tego dokonać.

St.

Światło na północy

Mam przed sobą piękną książkę Ojca Duchansois p. t. Wśród lodów polarnych. Od r. 1921 gdy ukazało się pierwsze jej wydanie sprzedano w języku francuskim 86.000 egzemplarzy. W polskim tłomaczeniu wydane w r. 1931 uzyskało niezwykły sukces mimo ciężkich czasów i wysokiej ceny jaką wydawcy, Ojcowie Oblaci Marji Niepokalanej, naznaczyć musieli na to obszerne dzieło o 400 blizko stronicach, ozdobione mnóstwem ciekawych ilustracyj. O czem mówi ta porywająca książka? O dalekich krajach, o nadludzkich trudach, o cierpieniach i poświęceniu misjonarzy, o przerażających ostrością zimach, o nieznośnych, pełnych udręczenia letnich miesiącach, o głodzie tubylców i tych, którzy im nieśli światło wiary i nietylko dusze ale i ciało ratowali od zatracenia. Od lat 90 trwa ta wytężona praca misyjna, a gdy się nią zainteresować, gdy się serdecznie jej przyjrzeć, to cele jej nie wydają się nam dalekie, egzotyczne, obojętne, ale bardzo blizkie, konieczne i nie mogące uledz zaniedbaniu, bo to tylko wypełnienie rozkazu Chrystusa Pana, który rzekł apostołom swoim: „Idźcie i nauczajcie wszystkie narody" i dodał tę cudowną obietnicę: „A ja będę z wami po wszystkie dni aż do skończenia świata".

Przeogromne przestrzenie Kanady, od ośmnastego wieku eksploatowane w nadbrzeżnych okolicach Oceanu Atlantyckiego przez handlarzy futer i rywalizujące ze sobą Kompanie handlowe francuskie i angielskie, — zostały jednak dopóty niezbadaną krainą baśni



Wódz plemienia indjańskiego.



Stary traper czyli myśliwy.

póki w połowie za duszami pogan nie przyszli ci misjonarze.

Byli nimi od r. 1841 ojcowie Oblaci Marji Niepokalanej, ze Zgromadzenia założonego w r. 1816 w Aix przez ks. Eugeniusza de Mazenod, późniejszego biskupa Marsylji.

Kiedy w Montrealu w 1891 r. Kanada obchodziła 50-tą rocznicę przybycia Oblatów M. N. na kontynent Nowego Świata, ks. biskup Tachè oddając sprawiedliwy hołd ich zasługom, powiedział między innemi:

„Oblaci wiele łożyli pracy w krajach, które zwą się dzisiaj Manitoba, Saskatchewan, Alberta, Kolumbia, ale nie oni jedni i nie byli pierwsi. Wszystkich was poprzedzili przedziwni robotnicy ewangeliczni, członkowie kleru świeckiego, którzy nieśli wysoko i daleko świętą chorągiew zbawienia w tych krainach wówczas gdy były najniedostępniejsze".

Najpierwsi udali się w XVIII w. czterej Ojcowie Jezuici, ale nic zdziałać nie mogli. Dwunastu księży rekrutowanych w djecezji Kwebeku od r. 1812 do 1844, staje na czele całego szeregu walecznych. Ale dwunastu księży na przeciąg lat dwudziestusześciu to zbyt mały zastęp zwłaszcza że nie można im było zapewnić posiłków, żołnierzy rezerwy, które dać mogą tylko zorganizowane zgromadzenia.

Misjonarze Oblaci M. N. przybyli do Montrealu w 1841 r. a do Saint-Boniface (Winpipeg) w r. 1845.

Przed nimi rozciągały się nieznane puszcze, gdzie mieszkały plemiona indyjskie z wielkiej rodziny Denesów. Zwały się one rozmaicie: — Bobry, Żółwie, Niewolnicy, Zajęcze Skóry i inne. Były to plemiona koczujące, w ciągłych ze sobą walkach i w pogoni za żywnością tak skąpą, że przymieranie głodem stało się ich zwykłym stanem, po za mięsem ubitej zwierzyny nie znali żadnego innego pożywienia, a że nie umieli przytem gromadzić zapasów, więc albo nieprzytomnie ucztowali nad cielskiem łosia lub renifera, albo ginęli wycieńczeni, gotowi do ludożerstwa i okrucieństw.

Do tej dziczy rozsianej po wielkim kontynencie Kanady w stosunku jednego człowieka na 250 kilometrów, dotarli odważnie ubodzy misjonarze mając w sercu Wiarę i Miłość, i gorące pragnienie zdobycia tych wszystkich dusz dla nieba.

Sami uginając się od głodu i mrozu, uginając się pod ciężarem straszliwej samotności wielkiego białego milczenia, nie ustawali w swych pielgrzymkach po przez śnieżne pustynie, mając w początkach za cały plon bolesnego trudu zaledwie kilka chrztów, kilka Komunji Św. jedną może śmierć bogobojną w indjańskim, nędznym szałasie. Naród Denesów, podzielony na liczne odłamy, miał w



Wódz plemienia indjańskiego.



Wyjazd z fortu misjonarza.

gruncie rzeczy duszę łagodną, której ciemne zabobony, okrutne tradycje, trzeba było prześwietlić światłem nauki Chrystusowej. Należało podnieść z poniżenia kobietę, wzgardzoną starość uczynić czcigodną, z dziewcząt poniewieranych niekiedy narówni z psami urobić mądre, dzielne i poważne niewiasty.

Kiedy się widzi, rozsiane nad brzegami jezior i rzek, chrześcijańskich misjonarzy, tak zwane forty które za całą obronę mają opartą o pnie drzewne palisadę otwartą zawsze bramą, zdumiewają nas drewniane budynki wzniesione rękami biskupów, księży z braciszków, którzy sami karczowali lasy, a zaczynali budowanie od skromnej chaty — Kaplicy. Powoli dzieło się jedna rozrastało, obok kaplicy stawał sierociniec, gdzie przygarnięte małe indjańskie wyrzutki nie znały chłodu i głodu i uczyły się pojmować Boga i miłować ludzi.

Z pomocą misjonarzom pośpieszyły pełne nadludzkiego poświęcenia Szare Siostry z Montrealu.

Stanęły do pracy nie pytając co tam robić będą ani kogo hodować, a gdy ujrzały panującą nędzę i ciemnotę zadanie swoje pojęły odrazu a podjąwszy je już nie ustały.

W krótkich szkicach uwzględniających apostolską działalność niewieścią na lodem i śniegiem pokrytych terenach północnej Kanady, mam zamiar oczom czytelniczek ukazać pracę mierzoną nie na siły ludzkie, ale na bohaterskie zamiary.

A. Z. K.

Lekarz a kosmetyka

Mamy przed sobą kilka listów od naszych miłych Czytelniczek, w których nas one zapytują o najrozmaitsze środki przeznaczone do pielęgnowania skóry, róże, pudry i kremy. Odpowiedź nie jest taka prosta i łatwa jak się to pozornie zdaje. Każda skóra ma swoje specjalne właściwości, które przy stosowaniu kremów czy maści należy koniecznie uwzględnić. Tłuste stosujemy na skórę suchą i oczywiście odwrotnie. Jeśli zaś chodzi o wady cery a zwłaszcza o jej schorzenia, trudno coś radzić „na niewidzianego". Tuszowanie drobnych usterek kremem, różem i pudrem nie jest ani skuteczne, ani trwałe, stosowane na skórze zdrowej może nie zaszkodzić, ale aplikowane na skórę podrażnioną, okrytą wyrzutami, da napewno wyniki ujemne.

Jeżeli jakaś dolegliwość dokucza nam uporczywie lub stale powraca, należy się do niej zabrać na serjo, bo przecież nie chodzi tylko o to aby dziś ładnie wyglądać, ale o to aby zachować urodę jaknajdłużej. Mało jest kobiet tak pięknych, których zła cera nie zeszpeci, a jest bardzo wiele takich, które uchodzą za ładne tylko dzięki swojej pięknej „karnacji". To też pielęgnowanie cery jest niezmiernie ważne, tem ważniejsze że skóra okryta plamami i pryszczami jest jakby sygnałem dającym uznać, że coś w całym organizmie szwankuje

Przy częstych wyrzutach można każdej pani zalecić djetę lekko rozwalniającą, jakieś niewinne czyszczące ziółka, pigułek z proszków, prócz t. zw. „zielonego" radzę stosować bez lekarza. Gdyby ten prosty higieniczny środek i smarowanie maścią cynkową, wieprzowym szmalcem, waseliną nie wystarczyło, porada lekarska będzie koniecznie wskazana. Co się tyczy tłuszczu wieprzowego, jest on dla skóry, zwłaszcza suchej znakomitym środkiem leczniczo - odżywczym, stosować go jednak trzeba ostrożnie. Jako tłuszcz zwierzęcy, mogący pochodzić od sztuki chorej, pozatem łatwo jełczejący, może nieraz przynieść szkodę. To też używać należy tylko takiego, który same sobie przyrządzimy. Czysty świeży szmalec rozpuścić i zagotować w emaljowanym rondelku, przestudzony zlać w słoik porcelanowy albo mocny szklany, szczelnie zamknąć i sterylizować godzinę w gotującej wodzie, tak jak konserwy na zimę. Można do szmalcu dodać szczyptę kwasu bornego.

Pamiętać jednak należy, że tłuszcz nawet sterylizowany, raz otwarty nie może stać bardzo długo, zwłaszcza w lecie, kiedy go trzeba przygotowywać nie rzadziej jak co dwa tygodnie. Drugim prostym domowym środkiem, który świetnie usuwa niektóre plamy i usterki jest kwas salicylowy. Rozpuszczony w czystym spirytusie, zwłaszcza stosowany często, pali skórę, dlatego lepszy w użytku będzie sposób następujący:

Do kieliszka od wina spirytusu wsypujemy na koniec noża sporą szczyptę kwasu salicylowego, kiedy się rozpuści przelewamy go do flaszeczki czy flakonu, wciskamy sok z pół cytryny, dodajemy łyżkę stołową gliceryny i łyżkę lub trochę więcej przegotowanej wody. Po starannem skłóceniu otrzymujemy doskonały środek leczący świetnie drobne schorzenia i udelikatniający nietylko skórę twarzy ale bardzo odpowiedni do pielęgnowania rąk.

Mówiliśmy dotąd nietyle o leczeniu ile o pielęgnowaniu skóry, jeśli jednak takie higieniczne zabiegi nie okażą się dostateczne powracam znowu do starej mojej piosenki: idźcie do lekarza!

Niektóre panie wymawiają się przed nami gdy im poradę lekarską zalecamy, dużemi kosztami. Sądzę, że jest w tem przesada. Oczywiście, że lekarz musi za swoją pracę, za lata nauki i ćwiczeń otrzymać wynagrodzenie, naogół jednak stan lekarski pracuje może nabardziej bezinteresownie ze wszystkich. Stykając się ciągle z niedolą i nędzą ludzką, lekarze rozumieją ją i współczują jej nieraz tak dalece, że zamiast pobrania honorarjum sami wspomagają swoich pacjentów.

Są naturalnie lekarze sławniejsi z wielką klijentelą, którzy mają ceny stałe i dla niektórych zbyt wygórowane, jednakże nawet i tacy w pewnych razach czynią dość duże ustępstwa. Poza tem jest cały szereg lekarzy młodych zdolnych, u których możemy szukać pomocy nie narażając się na wielkie koszta. Porada listowna zawsze jest zawodna, lekarz nie może być pewny, że zdaje sobie dokładnie sprawę z opisywanej choroby, to też porady piśmienne muszą się ograniczać do zabiegów higienicznych i zapobiegających i nie powinny wkraczać w dziedzinę leczenia.

Możemy z dużą korzyścią pielęgnować cerę i włosy w zakładach kosmetycznych, ale tylko w takich na których czele stoją lekarze. Jeśli w naszej okolicy nie ma takiego zakładu, można korzystać z pomocy kosmetyczki ale przedewszystkiem zobaczyć się z lekarzem, a dopiero potem za jego poradą stosować wszelkie zabiegi.

Jak dalece wszelkie zabiegi kosmetyczne winny być kontrolowane możemy ocenić z następującego faktu: w ostatnich czasach zwróciła uwagę lekarzy nieznana dotąd choroba paznogci, które stają się kruche, łamliwe, tracą naturalny połysk, ciemnieją, wkońcu całkowicie przestają rosnąć a nawet zupełnie wypadają. Przy bliższem dochodzeniu przyczyn tego przykrego objawu, okazało się, że stałe lakierowanie paznogci, tamują zupełnie dopływ do nich powietrza, wywołało tak fatalne skutki.

Jak wynika z powyższego, stałe barwienie ust trwałą, niezmywającą się pomadką, musi być również szkodliwe. Lepiej więc użyć mniej trwałej, tłustej pomadki, która się bez trudu zmywa a nawet poprostu ściera.

Tak bardzo napozór dbamy o urodę a tak jesteśmy lekkomyślne, że ją samochcąc na szwank nieraz narażamy. Niechże panie pamiętają, że wad urody nie można tylko zacierać, ale je należy przedewszystkiem w miarę możności leczyć.

St. Brz.

RODZINA w przyszłym polskim kodeksie cywilnym

III. MAJĄTEK RODZINNY.

Większość obowiązujących obecnie norm prawnych, dąży do ograniczenia własności prywatnej, mając na celu ze względów politycznych lub społecznych — uszczuplenie stanu posiadania własności indywidualnej na rzecz własności komunalnej. Pozornie też cała ewolucja prawa cywilnego idzie w kierunku, któremu sprzyjały w jednakowej mierze wojna 1914 - 1918, prądy socjalne, panujące w pierwszych latach dwudziestego wieku oraz ostatnie kryzysy gospodarcze. Zaznaczyć należy, że oprócz szeregu praw, jawnie skierowanych do wywłaszczenia własności indywidualnej, istnieje wiele ustaw, pośrednio w tę własność godzących; do tego dąży cały kompleks przepisów podatkowych, odbierających płatnikom znaczną część majątku lub dochodu.

Koncepcja ubezpieczeń społecznych również nie mało przyczynia się do zubożenia społeczeństwa, kładąc się niewspółmierną ilością nieprodukcyjnych wydatków na naszem życiu gospodarczem. Paraliżuje ona wysuwane jednocześnie hasło kapitalizacji wewnętrznej, gdyż dąży pozornie do odebrania jednostce troski o zabezpieczenie starości, utrzymania w czasie choroby lub bezrobocia, podczas gdy wzgląd na te właśnie okoliczności może być promotorem w kierunku gromadzenia oszczędności wśród mas pracujących. Jak doświadczenie wykazało ubezpieczenia społeczne nie spełniają pokładanych w nich nadziei, skutecznie za to hamują wzrost kapitałów w kasach oszczędności.

Jednakże w tej powodzi ustaw antywłasnościowych, płynących z dzienników praw zarówno naszych, jak i zagranicznych, spostrzegamy drobne wprawdzie, ale rokujące nadzieję powstania powrotnej fali normy prawne, mające na celu pomoc inicjatywie prywatnej w dążeniu do powiększenia stanu posiadania, oraz jednostce — w dążeniu do oparcia swej egzystencji na trwałych podstawach. Podstawą taką, uniezależniającą częściowo człowieka od chwilowych zmian konjuktury gospodarczej, jest posiadanie własności nieruchomej, jako formy własności najbardziej stałej.

Stany Zjednoczone Ameryki Północnej oraz Francja są kolebką tej idei. W Ameryce wydano ustawę o utworzeniu nowej instytucji t. zw. „homestead" (domu rodzinnego). Podstawowe zasady powyższej instytucji można ująć w następującym skrócie: zakładający dom rodzinny musi stale mieszkać w danej nieruchomości, musi być głową rodziny składającej się z żony, oraz nieletnich dzieci lub rodzeństwa nieletniego i musi posiadać obywatelstwo amerykańskie. Maksymalna wartość domu rodzinnego bywa określana w pieniądzach (np. w Kalifornii na 5000 dolarów) bądź w pewnym obszarze ziemi (w stanie Missisipi nie może przekraczać 240 arów). Dążenie do stworzenia silnego stanu farmerskiego, opartego na średniej własności, oto były hasła amerykańskich twórców koncepcji domu rodzinnego.

Prawo francuskie, oparłszy się na wzorach amerykańskich, znakomicie je ulepszyło, konsekwentnie nadając instytucji domu rodzinnego szereg przywileji. Gdy prawo amerykańskie cechuje dążność do zapewnienia rodzinie dachu nad głową przez uniezależnienie jej od ojca rodziny i od jego kaprysów, prawo francuskie przyjmując i powyższą okoliczność pod uwagę, pragnie dać podstawy materjalne związkowi rodzinnemu, asekurując go od niepomyślnych okresów gospodarczej działalności ojca rodziny. Wreszcie i państwo rezygnuje z szeregu uprawnień natury fiskalnej na rzecz domów rodzinnych, ponosząc przez to może pewne doraźne ofiary natury finansowej, zrównoważone jednak zyskami natury moralnej, jakie daje przywiązanie większej liczby obywateli do państwa i jego losów trwałym węzłem, opartych na posiadaniu własności nieruchomej. Zakazując zajęcia domu rodzinnego za osobiste długi właściciela nieruchomości, prawo francuskie przeciwdziałała sprzedaży jej za bezcen na licytacji, zmuszającej w rezultacie wyzutych z mienia właścicieli do emigracji do miast i powiększenia liczby bezrobotnych. Jeżeli chodzi o znaczenie obyczajowe, to ustawa utrwala instytucję małżeństwa, dając mu podstawę materjalną posiadanie wspólnego domu małżonków oraz przyznając kobiecie głos decydujący w zarządzie oraz przeznaczeniu nawet tej części majątku małżeńskiego, która nie stanowi wyłącznej jej własności; umożliwia dalsze kształcenie się dzieciom, osieroconym w małoletności, zapewniając im spokojne używanie dziedzictwa, dopóki nie będą dostatecznie silne, by módz sprostać samodzielnie walce o byt.

Zasady te zaczynają przenikać na grunt polski czego najlepszym dowodem będzie projekt przyszłego kodeksu cywilnego o stosunkach prawnych rodziców i dzieci. W projekcie tym prof. Gołąb przewiduje dwa sposoby złączenia majątku z rodziną: rozróżnia on instytucję majątku rodzinnego od osiedla rodzinnego.

Majątek rodzinny to ogół pewnych wartości (ruchomości, nieruchomości, papierów procentowych) przeznaczonych na koszta związane z wychowaniem, wyposażeniem i utrzymaniem osób, należących do rodziny. Wspólność rodzinna zobowiązuje wspólników do wzajemnej działalności gospodarczej, przyczem ustanowiona może być na czas oznaczony lub nieoznaczony. Wspólnicy winni jednego z pośród siebie ustanowić kierownikiem wspólności Wrazie śmierci wspólnika dziedzice, nienależący do wspólności, mogą żądać jedynie odprawy, a nie rozwiązania majątku rodzinnego. Osiedle rodzinne stanowi dom mieszkalny lub gospodarstwo rolne przeznaczone jedynie na utrzymanie i zamieszkanie rodziny. Warunek istotny da powstania osiedla stanowi wymóg zamieszkiwania go przez daną rodzinę. Projekt nadaje osiedlu ważny przywilej: zakaz prowadzenia w stosunku do niego wszelkiej egzekucji, z drugiej jednak strony ogranicza znacznie właścicieli osiedla, zabraniając im zaciągania długów hipotecznych, zbywania, wydzierżawiania lub wynajmowania nieruchomości.

Wprowadzenie do prawa polskiego instytucji majątku i osiedla rodzinnego uważać należy za nader pożądaną reformę. Rodzina polska znajdzie trwałą podstawę gospodarczą dla swej działalności, jednostka otrzyma zapewnienie, iż ze zdobytego z trudem pewnego minimum egzystencji nie zostanie z dn. na dzień wyrugowana. Państwo zaś nadając rodzinie szereg przywileji uświadomiło sobie, iż łączy ona w swej istocie element indywidualny z elementem społecznym oraz dąży do usunięcia antagonizmów między niem a jednostką i rodziną, w imię wyższych zadań społecznych i państwowych.

Jerzy Poznański.



50. P. P. 51. P. P. 52. P. P.

50. P. P. Fartuszek z białego batystu ozdobiony wstawkami.

51. P. P. Sukienka domowa z lekkiej wełny, rozcięta do samego dołu, zapinana jak paltot na dwa rzędy.

52. P. P. Lekka sukienka z wełnianego woalu w deseń, odpowiednia przy zajęciach gospodarskich.



O Ostatkach — Kusych dniach, Szalonych dniach — Kuligach — i o Adoracji przebłagalnej słów kilkoro

„Jeśli z Jezusem współcierpimy współ też będziemy uwielbieni" pisze Apostoł Narodów (Rzym. 8.7).

Gdy w świecie nastrój karnawałowy dochodzi do najwyższego napięcia, a mimo narzekań na ciężkie czasy, tango zabaw wzrasta, zjawia się w Kościele ton fioletowy — symbol pokuty i umartwienia.

Czemu tak wcześnie? Niedawno rozbrzmiewało przecież „wesoła nowina". Ewangelja wzywa nas tylokrotnie do radości i wesela. Bóg — Człowiek potępił faryzeuszów gorszących się Jego obecnością na zabawach i ucztach — czemuż więc, już na dwadzieścia dni przed Popielcem milknie **Gloria** i ciemnia fioletu otacza ofiarę Mszy św.

Przemyśleliśmy przemodliliśmy i wyśpiewali już radość pierwszego okresu Roku kościelnego — Okresu który mówi o miłości do nas Boga Ojca. Okres ten rozpoczyna się Adwentem — sławi Przyjście i Narodzenie Jezusa Chrystusa Jego dziecięctwo i lata pacholęce, młodzieńcze, robotnicze.

Niedługo stanie przed nami Jezus — Arcykapłan, Jezus — Ofiara — Stanie aby wypełnić swe posłannictwo cel swego przyjścia na ziemię. Wypełni się wszystko w największem poniżeniu i boleści. Już niedługo.

Datego milknie **Gloria** we Mszy św. i pierwszy ton pokuty uderza. Jest w tem delikatna troskliwość Kościoła naśladująca dobroć Stwórcy, który każe słońcu zachodzić i wschodzić powoli — aby nagła zmiana nie oślepiła oczu naszych.

To poważne nastawienie już od niedzieli „Starozapustowej" ma inne jeszcze cele.

Do radości i szczęścia stworzeni idziemy ciernistą drogą życia ziemskiego, pokrzepiani Łaską Pana. Zawsze i wszędzie wzywani. Wielu jednak źle rozumie i praktykuje ową radość — przechodząc przez wszystkie stopnie od używania do nadużycia — do grzechu.

Czterdziestogodzinna Adoracja Jezusa — Hostji w dniach poprzedzających Popielec, w tak zwane Ostatki, ma właśnie na celu przebłaganie za te grzechy.

— — — — — — — — — — — — — —

Jest pewien lęk duszy, na progu życia wewnętrznego stojącej, przed wejściem na drogę posłuszeństwa, które narzuca do pewnego stopnia pożycie z Kościołem. Jest to jednak droga prawdziwego Piękna, które się na każdym kroku odnajduje i które na nas nietylko działa ale i z nas promieniuje.

Pokrewny temu pięknu, choć bardzo „uziemiony" jest wdzięk niejednego wspomnienia „dawnych dobrych czasów" (których naprawdę nikt nie pamięta) —wspomnienia wygrzebanego ze starych ksiąg i pamiętników.

Ci buńczuczni, nieokiełznani ojcowie nasi umieli z rycerską dyscypliną najszaleńszą przerwać zabawę gdy w „tłusty wtorek" wybiła dwunasta. Muzyka urywała w pół taktu, na salę balową ostentacyjnie wnoszono na półmisku śledzia jako symbol postu i hasło natychmiastowego rozejścia się. Przeważnie prosto z tańca szło się i jechało... do Kościoła, aby wziąć udział w ostatnich godzinach adoracji przebłagalnej.

— — — — — — — — — — — — — —

A było za co przepraszać.

Bawić się u nas umieli do zapamiętania w Karnawale. Sama nazwa znaczy **carne vale** czyli mięso **żegnaj.**

Nad wszelkimi wszelkich stanów zabawami, królował w Polsce już od XIV-go wieku „Kulig" rodzaj przyjacielskich zajazdów wśród szlachty, połączony z rycerskiemi zawodami i popisami. Dobry kulig trwał nieraz tygodniami. Według jednych nazywa się tak od czeskiego słowa „Koleg" t. j. kolejka, kolejne odjeżdżanie i inni twierdzą, że bierze nazwę od **kuli** drewnianej zdobiącej buławę z którą przed rozpoczęciem posyłano gońca od dworu do dworu z zawiadomieniem i programem.

Od czasów królowej Bony zastąpił gońca z buławą arlekin w maseczce w niedźwiedzie skóry okutany. Na malutkich saneczkach pędził przez zaśnieżone pola i lasy, a w ślad za nim sunął korowód sań rzeźbionych, Karoce na płozach, zaprzęgi bogate, nieraz bezcenne, jaskrawo grające tysiącem janczarów, dzwonków i dzwoneczków bałagulskich. Służba konna, zbrojna, pochodniami oświecała drogę — ogniem i strzałami odganiała wilki gromadami napadające na karnawałowe pojazdy.

Na przedzie, za arlekinem sunęła muzyka — przeważnie żydowska z nieodzownym cymbalistą — a za nią dopiero sznur sań pełnych gwaru i śmiechu — a czasem cichnących nagle wśród szału srebrnej nocy.

Zajeżdżało się zawsze głośno, ze śpiewkami, przynajmniej na pozór znienacka.

Bal rozpoczynał się natychmiast polonezem, potem szły mazury, oberki, kujawiaki i wszystkie ich odmiany wyrażające jednak zawsze rycerskie zaloty— wdzięk wspólnego uweselenia. W dzień popisy junackie konne i zbrojne ochładzały kurzące czupryny i dawały mięśniom nową sprężystość do nocnego balowania. A gdy po kilku dniach arlekin dawał hasło do dalszej podróży zabierano gospodarzy i rzecz powtarzała się niebawem w sąsiedztwie.

Ta rdzennie polska, rycerskim czarem owiana zabawa, zanikała stopniowo w miarę zbliżania się sąsiedztw i doskonalenia środków komunikacji. Na Kujawach przetrwała do końca zeszłego stulecia. Wcześniej jeszcze wskutek zakazu władz zaborczych tępiących usilnie na każdym kroku naszą tradycję i obyczaj, — zatraciły się mieszczańskie obchody, maskarady i zabawy uliczne.

Tylko książki mówią o krakowskim „ombrze" święcie straganiarek, o chłopcach w spiczastych papierowych czapkach i goniącym ich „dziadu" z niebywale długą brodą konopną i również niebywale długim batem.

Pudowe „turonie", „niedźwiedzie', bociany, podkoziołki i inne kurki przechowały się po wsiach do dzisiaj.

Trudno tu rozwijać szerzej temat bardzo ciekawy i wymagający specjalnego encyklopedycznego omówienia.

Zanurzyliśmy rękę w skarbcu przeszłości naszej i wydobyliśmy garść świecidełek bardzo brzęczących, bardzo jaskrawych, bardzo niemodnych. Ale przyjrzawszy się im pod światło widzimy, że mienią się najszlachetniejszą wodą.

Żyli sobie ludzie, grzeszni jak my... lubili bawić się i szaleć — ale tamte ich harce, kuligi, turonie i ombry były inne...

Były rzucanym pełną piersią krzykiem zbiorowej radości życia prosto w niebo.

Były jak żywioł we wszystkich porywach — były bezgrzesznem w założeniu wspólnem weselem.

Nie apoteozując „dawnych dobrych czasów" powiedzmy, że były przeciwieństwem w każdym celu zabawy współczesnej, owego wielkiego publicznego „sam na sam". Może lepiej będzie gdy to do historji nie przejdzie.

Tamta przeszłość jaskrawa, naiwna, czasem aż irytująco naiwna, różnemi „siupryzami", przebieraniem się za księży, kazaniami na balu, śledziami i t. p. zostawiła po sobie jasną smugę wspomnienia o ludziach, którzy grzeszni jak my, ułomni jak my — chodzili jednak w słońcu Synostwa Bożego.

Maryta Ziembińska.

PANIOM CZYTELNICZKOM

które zainteresowały się tak licznie naszem ogłoszeniem zawiadamiającem o zamiarze otworzenia filji redakcji i administracji naszego pisma, we wszystkich większych miastach kraju, donosimy uprzejmie, że z każdą z łaskawych korespondentek porozumiemy się w tej sprawie indywidualnie przez pocztę. Co się tyczy korespondencji z prowincji, widzielibyśmy najchętniej krótkie wiadomości dotyczące spraw kobiecych oraz spraw młodzieży żeńskiej, które nam specjalnie leżą na sercu.

REDAKCJA

Poranek

Nowela

Pani Marysia obudziła się z gnębiącem uczuciem, że czeka ją dzisiaj ciężkie jakieś przejście.

Rzadko kiedy przebudzenie jej bywało wesołe. Usposobienie raczej melancholiczne, łatwo ulegające depresji, przywiozła hen, z dalekich stron do tej ogromnej Warszawy, gdzie się czuła obco i nieswojo, póki nie znaleźli oboje z Józkiem tego domku na kolonji.

Tak, tutaj oddychała prawie tak lekko jak Radłówce i słońce wschodzące zaglądałoby do okna, gdyby Józek nie kazał zrobić okiennic gwoli ochrony i ciepła.

Pocieszała się myślą, że u nich na wsi ryglowano na noc okiennice a była to ceremonja nielada. Stary Michał wydawał z poza okna tajemniczy pomruk, zamykał drewniane skrzydła i pakował z zewnątrz przez okienią ramę gruby pręt, aby na jego przebity koniec Justysia mogła wpakować gwóźdź krótki, gruby, biało lakierowany i pisnąć cienkim głosikiem: już!

Poczem Michał i jego pies szli do następnego okna i tak cały dwór wokoło ubezpieczali.

Lecz nie otem myślała pani Marysia, otwierając swą półmiejską okiennicę i przez zapłakane szyby spoglądając na świat boży.

Józek spał jeszcze. Nie mogła zapytać co ją gnębiło, ale wyraźnie czuła, że coś wisi w powietrzu w ciężkiej mgle listopadowej. Pamiętała, że wczoraj usypiając wzdychała przed tą zmorą, a dziś musi jej stawić czoło. Ona sama... nikt jej nie pomoże. Pani Marysia w swem dwudziestotrzyletniem życiu walczyła codziennie z nieśmiałością, która graniczyła z tchórzostwem. Bała się tylu rzeczy na świecie, nie pokazując tego po sobie, i tylu się wstydziła.

Bała się swej służącej i tyrana fertycznej Lodzi, która doskonale wiedziała o wszystkiem co się na kolonji dzieje, i znała każdą babę kupczącą po domach, kuszącą towarami na które nie miało się ochoty lub pieniędzy.

Bała się także tych niesamowitych panów w miękkich kapeluszach i z teczkami pod pachą, co to wpadali do domu, szli do piwnicy (do wodomierza) na pół piętra (do licznika) i kończyli błyskawicznie milczące odwiedziny zostawianiem długiego skrawka papieru z cyfrą ołówkiem napisaną — coś do płacenia oczywiście.

Bała się listonosza, który rzadko przychodził, za to przynosił nieprzyjemne listy od rodziny i rzadszego jeszcze posłańca z telegramem, który dzwonił w przenikliwy sposb jakby wiedział z góry, że wiadomość będzie przerażająca.

A najwięcej może bała się odwiedzin coraz to innego pana z Kasy Chorych żądającego od niej opłaty zaległych rachunków za Helenę Zając, podczas gdy jej służąca zwała się Leokadja Bzikówna i nie słuchającego z jej strony żadnych argumentów.

A wstydziła się przedewszystkiem swych wytartych, niemodnych sukienek, długich włosów z któremi rozstać się nie miała odwagi i nieznaczącej swej buzi i tego, że jest nieśmiała, a zwłaszcza, że kto ją poznał bliżej mówił do niej i o niej: „taka niedzisiejsza".

Nie pojmowała czy w tych słowach jest podziw czy politowanie. To prawda — była nie dzisiejsza, bo niewiele myślała o sobie, nie patrzała często do lusterka, za to wpatrywała się w oblicze osób kochanych i tych co ją otaczały, jakby badając czego potrzebują i w czem może im być pomocna.

Tak było oddawna, odkąd zapamiętą, gdy jeszcze mieszkała z liczną a wymagającą rodziną, a ona była z rodzeństwa najstarsza i o wszystkiem się troskała.

I było tak zawsze, że w czeladnej każdy miał do niej sprawę, i ona je nawet odgadywała i sprawy takie bywały dla niej najważniejsze.

A gdy się ta karta życiowa skończyła, gdy z jakiejś męki, zamętu, nieszczęśca wydostał ją Józek i za sobą w inny świat pociągnął, to cała jej troska przeniosła się na poślubionego małżonka. A ten prędko zapomniał o swej roli królewicza z bajki i został przedewszystkiem jednostką, o którą dbać, zabiegać, obszyć, obcerować, obguzikować, nakarmić, było jedynem zadaniem pani Marysi.

I spełniała je znakomicie, jakkolwiek na świecie czasy stały się ciężkie, a życe młodych małżeństw szczególniej trudne i żmudne.

Po pierwsze nie było gniazd — nie było mieszkań... Zaczynało się od wspólnego trącania łokciami w ciasnym pokoju, gdzie się spało, jadło, pracowało, czytało — gdzie się śmiało i płakało — ciągle razem, ciągle we dwoje aż do uprzykszenia... a za ścianą byli obcy, którzy słyszeć mogli.

Gdy się takie najlepsze i najgorsze chwile przetrwało, zjawiał się niekiedy miły uśmiech losu, polepszenia doli, okazja niespodziana, i dwoje ludzi zmęczonych sobą choć nie przyznających się do tego, osiadało we własnem mieszkaniu, czasem we własnym domu.. na kolonji.

W listopadowy tedy ranek, gdy Józek ogolił się z namaszczeniem, gdy umył się i ubrał z hałasem, gdy zjadł śniadanie z pośpiechem i wyszedł z domu na trzy czwarte dnia, pani Marysia przed zamknięciem drzwi wchodowych, wiodących wprost na ogródek, wyjrzała na świat i ostatnie jej spojrzenie pożegnalne padło na męża, który rozpływał się we mgle błotnistej uliczki.

— Mój biedak, poszedł na taką wilgoć... pomyślała.

I w chwili tej wyłoniła się nagle z jesiennych oparów grupa z dwóch mężczyzn złożona.

Jeden z nich był to pan w kapeluszu z nieodzowną teczką, druga wyrostek w czapce, trzymający w lewem ręku walizkę a w prawem zielony, elegancki kubeł.

Obejrzeli się tu i ówdzie i zadzwonili do dworku naprzeciwko.

Pani Marysia cofnąwszy się zamknęła rygle i zamki swej fortecy i, zupełnie świadoma tego co ją czeka za chwilę, zgnębiona wróciła do sypialni. Tam wielki nieład rozrzuconej pościeli, pyjamy, pantofli, ręczników świadczył o niedawnym pobycie tego, który tylko co opuścił pielesze domowe.

Pierwszym jej odruchem było ubrać się i uciec z domu przed najściem dwóch męskich postaci z zielonym kubłem. Wiedziała teraz co ją czeka, co już od dwóch dni było jej zmorą i czego się bała.

Z zatem uciec...

Lecz widok nielada wstrzymał ją. Stała przez chwilę z filcowym kapeluszem w ręku, niepewna — co począć.

Jednocześnie też zgrzytnął klucz w zamku i słychać było, że Lodzia wróciła ze sprawunków.

— Pani kapitanowa wychodzi na miasto? spytała zdziwiona uchyliwszy drzwi od sypialni.

— Nie wiem jeszcze — może...

— A te mężczyzny są już u sędziów z przeciwka, — dodała z przejęciem, — i „znakiem tego" zara tu przyjdą.

— Dla tego wolę wyjść z domu i niech mi dadzą spokój.

— I i i i cóż to pani kapitanowej szkodzi? Pokażą co umieją i dywany poczyszczą. Będę miała miej roboty. A czy to koniecznie trzeba zara kupować?

Pani Marysia z rezygnacji odłożyła kapelusz i obie z Lodzią wzięły się do sprzątania rozrzuconych gratów.

... Może Lodzia ma rację — sami mówili że praktyczny pokaz odkurzacza Herkula nie obowiązuje do kupna — a ciekawe czy znajdą co do czyszczenia w kiltmach?

... tylko czy to uczciwie tak wyzyskiwać niewinnych ludzi... Dumała pani Marysia ocierając z kurzu sprzęty i obrazy.

W pół godziny później ostry dzwonek odezwał się u tak zwanych paradnych drzwi, i wesoła Lodzia pobiegła by wpuścić spodziewanyc gości.

Pani Marysia zastygła na chwilę na środku swego bawialnego pokoju, który w jednym rogu reprezentował męski gabinet, pośrodku był jadalnią, a w małym kącie przy oknie mieścił jej kącik do szycia...

Tmczasem inicjatywę objęła Lodzia.

Szeroko otworzyła drzwi bawialni i wprowadziła bladego pana, który się już zdążył rozebrać z palta i na tle mglistego poranka dziwnie jakoś wyglądał w wytartym, wizytowym garniturze.

Był przytem mizerny i ziębnięty. Poczciwe serce pani Marysi zadrgało współczuciem i na twarz jej padł odblask tego wewnętrznego ducha.

Gość, nieświadomy wrażenia jakie wywarł, wyczytał w jej oczach tylko zainteresowanie dla zapowiedzianego celu wizyty.

— Pani szanowna naznaczyła nam na dzisiaj godzinę pokazu naszego znakomitego odkurzacza, — zaczął z wprawą światowca, — więc spieszyłem, aby przedstawić ten najlepszy z dotychczas znanych aparatów mogący zadowolnić najwybredniejsze wymagania dobrej gospodyni. Wszak wolno mi zademonstrować...

I tu szybkim rzutem oka ogarnął ubogą komnatkę pani Marysi, gdzie nie było ani perskich dywanów, ani makat Buczackich, a tylko prosty szary wojłok leżał pod jadalnym stołem, na otomance zaś i na ścianie pod nią dwa kilimki niedobrane deseniem i kolorami świadczyły raczej o dobrej woli niż o guście przyjaciół przynoszących ślubne podarunki. Prócz tego zauważył zdolny sprzedawca, że podłoga jest lśniąca, czysta i właściwie nie ma pola dla jego pokazu. Lecz to go zrazić nie mogło.

— A zatem zaczynamy, — dodał wesoło.

I skinął na czekającego u drzwi wyrostka, który wpakował się z zielonym kubełkiem i walizką. Pani Marysia stała wystraszona i bezwolna, oparłszy się ręką o stół.

W oczach jej z walizki wydostał się na wolność skręcony wąż (dobrze, że

gumowy z nie żywy) i ajent fabryki znakomitych odkurzaczy Herkul połączył rurę z odnogą wiaderka, podczas gdy chłopak wsadził sznurek z wtyczką do kontaktu świetlnego.

Zahuczało... zasyczało...

Na progu sypialni zjawiła się tryumfująca Łodzia.

Ona również dobrze wiedziała jak i jej pani, że aparatu tego, choćby był ostatnim wyrazem doskonałości w swoim rodzaju, nikt w tym domu nie kupi, ale bawiła się tem, że ją wyręczą w sprzątaniu i że nie potrzebuje w tej chwili żadnej jąć się roboty, bo właśnie patrzy.

A pan ajent krzątał się i zalewał milczącą panią Marysię potokiem swej wymowy. —

— szanowna pani zechce zauważyć, że mamy tu do czynienia z objektem, który posiada duże przekroje węża i ssawek — stąd szybkość pracy. (Olek nałóż ssawkę podłużną...) ta służy do dywanów. Do podłóg używamy ssawki z nasadzoną szczotką (Olek [illegible]) odpowiednio dostosowana siła ssania— czyni zbędnem szkodliwe dla dywanów zdrapywanie — tylko ssąca część przyrządu nie zaś on sam jest poruszana podczas pracy — stąd minimalny wysiłek obsługi...

A teraz, szanowna pani, nie mamy żadnych kłopotliwych manipulacyj przy przejściu od czyszczenia dywanów do odkurzania sprzętów i ścian —

Chciałbym tylko naocznie przekonać panią, że mimo wytwornej czystości jej mieszkania, nieuniknionem jest pozostawienie zwałów brudu i kurzu gdy się nie posiada w domu odpylacza...

Tu otworzył wiaderko, rozłożył składowe części wnętrza i z cichym tryumfem dostarczył tak pani jak i służącej wymownego dowodu ich niedbalstwa w postaci kłębów śmiecia jakie wydostał przejechawszy po kilimach na otomanie i ramie od obrazu.

Pani Marysia była zgnębiona, a Łodzia otworzyła szeroko skośne swe oczy i zachwycona nie była...

— Praca, jak szanowna pani uważa odbywa się bez terkotania i huczenia.

... Ale ten szum, ten szum... myśli pani Marysia... i po co on tak się męczy gadaniem, kiedy ja niemam ani grosza na to kosztowne wiadro...

— Dobrze natłuszczone łożyska kulkowe, pilnowanie ich przeto niepotrzebne — siedmiometrowy przewód przyłączony z odciążonemi końcami...

Mówił wciąż tak szybko, że aż zakaszlał się.

... Jakiż on mizerny... dręczy się pani Marysia... wygląda na gruźlika. Co tu robić aby mu przerwać... zachrypnie nawet.

Ale blady pan odchrząknął i mówił dalej.

Lawina jego spadała przy akompanjamencie zgrzytliwego szumu, jaki wydawała niezmordowana w wyszukiwaniu pyłu maszyna, on zaś sam składnie i lekko brał z rąk tresowanego Olka coraz to inny aparacik i wodził nim po skromnym dobytku kapitanowej.

— Gdyby szanowna pani chciała się przekonać w bibljotece jak doskonale działa nasza szczotka do książek — tu obejrzał się szukając szafy z książkami.

Ale pani Marysia nie miała bibljoteczki, tylko na bambusowej etażerce leżały stosy Polski Zbrojnej i dwie książki z czytelni, które w mgnieniu oka zostały pozbawione brudu i bakteryj.

— Do miękkich mebli, do materaców i pościeli służy ssawka szczotkowa, oraz specjalna do wgłębień...

Jak tu dziś zimno... myśli pani Marysia... on już nietylko blady ale zielony— widzę, że ma dreszcze...

— Może pan spocznie — decyduje się przemówić.

Dałaby mu chętnie swój szal włóczkowy na plecy, jak czasem nakłada Józkowi, gdy Łodzia niedbale w piecu napali.

Ajent skwapliwie przyjmuje zaproszenie. Znaczy ono zapewne, że mowa jego zwyciężyła i zacznie się rozmowa o interesie.

Pani Marja przysiadła na rogu krzesła po drugiej stronie stołu, on zaś wyjął z teczki jakieś blankiety i druki.

— Olek pochowaj szczotki — rozkazał blady pan.

— Czy pan... sprzedał swój aparat u naszych sąsiadów z przeciwka? — spytała nieśmiało, aby coś powiedzieć.

Ajent skrzywił się pogardliwie.

— Nie wszyscy tak jak szanowna pani — tu skłonił się — rozumieją ważność nowego wynalazku. Widzę, że z szanowną panią szybko dojdziemy do porozumienia, zwłaszcza, że warunki nabycia w naszej firmie są nadzwyczaj dogodne — a mianowicie dwieście złotych jako pierwsza rata, a następne sześć miesięcy tyko po pięćdziesiąt złotych, że zaś nie doliczamy procentów przeto można śmiało powiedzieć, że to prawie za darmo... Kiedy zatem szanowna pani pozwoli dostarczyć sobie kompletny aparacik, bo ten okazowy musi nam służyć dziś jeszcze na kolonji i chociaż widzę, że ta zgrabna panienka pragnęłaby go zatrzymać i rozkoszować się pracą, która odtąd stanie się zabawką... Więc jutro gotów jestem...

Pani Marysia od kilku chwil traciła głowę. Musiała mu jednak teraz powiedzieć, że ani dwustu złotych teraz ani na przyszłość nie może wyłożyć na ten dumny lakierowany kubeł, który jeden zdolny był domek jej oczyścić z brudu.

Jak mu przerwać...

W tem zdaleka dało się słyszeć szczeknięcie... raz... dwa razy.:: wreszcie naglące ujadanie. Pani Marja zerwała się.

— Lodziu, Fido wraca, otwórz mu — zawołała. Pan wybaczy — nasz piesek wczoraj się zabałamucił, myślałam, że zginął... oprawcy tak się kręcą po tych uliczkach...

Lodzia już skoczyła do kuchennych drzwi i za chwilę na scenę wkroczył Fido.

Był to czarny, dość duży jamnik, podpalany, z długiemi uszami i mądremi, wymownemi oczyma. Był on z gatunku jamników zdecydowanych, które wiedzą czego chcą.

Wpadł odrazu z impetem na kolana swej pani, która z radości nie śmiała mu zrobić wymówki i oparty łapami o stół zajął wobec nieznajomych pozycję obronną.

Lecz ajent nie tracąc czasu, mrugnął na Olka, chowającego właśnie opornego węża z gumy — przystąpił do pieska ze specjalną ssawką, podczas gdy sznur ponownie do kontaktu włączony. Jednocześnie rozległ się zgrzyt i szum, którego Fido dotąd nie znał.

— Nasz odkurzacz Herkul służy również do czyszczenia inwentarza żywego — nic tak jak specjalna ssawka nie usuwa insektów u piesków naprzykład... pewno...

Lecz to było nad siły Fida.

Wprawdzie dotąd, trzymany wpół przez swą panią, drapany za uszkiem i głaskany po łebku z trudem powstrzymywał się od warczenia, lecz gdy ten obcy bladawy jegomość wyzywająco zbliżył swą rękę uzbrojoną w przedmiot nieznany, jakimś wstrętnym wichrem ziejący — nie pomogły wytężone siły pani Marysi — Fido skoczył na stół z głośnym szczekiem psiego oburzenia i gdyby nie zwinny ruch wstecz ajenta, pokaz Herkula skończyłby się tragicznie.

Nastąpiła chwila zamieszania.

Irytacja Fida, szum aparatu zmieszały się w jakąś extra modną symfonję; wtórował jej silny atak kaszlu nieszczęsnego sprzedawcy, dręczonego astmatycznem duszeniem.

— Boże, jęknęła pani Marysia, odzyskując nagle przytomność i energję.

I już jej nie było w pokoju.

Niebawem wróciła spokojna i pewna siebie. Na małej tacce niosła filiżankę gorącej kawy z mlekiem i bułeczkę z masłem, a gdy to skromne śniadanie postawiła przed ciężko dyszącym ajentem, odezwała się łagodnie i stanowczo.

— Niech pan to wypije. Ranek chłodny, a pan wiele dziś mówił. To szkodliwe przy przeziębieniu.

Jej oczy były tak pełne dobroci i zatroskania, kawa tak aromatyczna, że nieborak uległ pokusie i w milczeniu spełnił jej życzenie.

Fido zgromiony przez panią z cichym żalem patrzył w oczy przybysza.

On był także głodny po całonocnej wyprawie, a bułka z masłem maczana w kawie, należała mu się od pani.

Tymczasem ajent otarł usta i skłonił się pani Marysi. Na twarz wróciły mu kolory i zdawało się, że nabrał sił do życia, bo z ust jego już się sączył potok miodopłynnej mowy.

— Zatem gvtów jestem dostarczyć pani jutro wczesnym rankiem nasz jedyny w swoim rodzaju aparat Herkul, szanowna pani podpisze tylko na tym oto blankiecie swoje imię i nazwisko, następnie weksle, które...

— Dziękuję panu za pokaz — przerwała pani Marysia z dziką odwagą rozpaczy. Ja aparatu nie kupię, bo mnie na to nie stać, długów zaciągać nie chcę, a za fatygę przepraszam.

— Jakto, zawołał wściekły. Pocóż kazała mi pani przyjeżdżać, czas tracić i zdrowie...

— Ja? to pan wymógł na mnie żebym naznaczyła dzień na pokaz —

— Mam, proszę łaskawej pani pięcioro dzieci i muszę je z mojej prowizji sprzedażnej wyżywić... podnosząc głos irytował się blady ojciec rodziny.

— Żal mi... wyjąkała.

Boże! pięcioro dzieci! a ona nic mu pomóc nie może.

Ajent szybko zgarnął do teczki papiery. lecz ledwie jej skinął głową i wybiegł z pokoju.

Czychająca w pobliżu Lodzia zamknęła za nim i za Olkiem z bagażami frontowe drzwi dworku.

Zdawało się jej, ale nie była pewna, że blady pan ubierając się mruczał pod nosem: Cholera!...

Pani Marysia stała jeszcze jak słup soli nieruchoma, gdy Lodzia weszła z łopatką by zmieść garść śmieci wysypanych z aparatu.

— Kawę wyżłopał, a sukna pod stołem ani tknęli — burczała Lodzia, i ona z kolei ulżyła sobie głośnym szeptem: Cholery...

Fido miarkując, że nikt o nim nie myśli w tym domu, wskoczył lekko na krzesełko i ściągnął ze stołu nadłamaną bułkę z masłem.

Nikt się również nie zastanowił, że to było śniadanie pani Marysi, o którem ona sama zapomniała w ten mglisty, listopadowy, burzliwy poranek.

A. Z.

Czy można walczyć ze starością?

W roku 1797 zmarł w Bergen w Norwegji Józef Curington w wieku 170 lat, osierocając żonę i 10-letniego synka. Chłopiec ten miał brata przyrodnego, liczącego 103 lata. Starszy zatem syn Curingtona przyszedł na świat wtedy, gdy ojciec jego był jeszcze bardzo młody, choć liczył już... 67 lat.

Węgier Piotr Czarton, zmarł w wieku 185 lat, pozostawiając 95-letniego syna. Zmarły niedawno Turek Zaro Aga liczył 148 lat i pamiętał doskonale czasy napoleońskie.

Premjer francuski Jerzy Clemenceau wykazał podczas wojny zdumiewającą energję, choć liczył wtedy 70 lat, zyskał sobie miano „starego tygrysa". Sędziwy Hindenburg powołany został na kierownicze stanowisko w armji niemieckiej jako człowiek stary i wieloletni emeryt, a jednak potrafił na czele armji niemieckiej przez kilka lat stawić czoła niemal całemu światu.

Ale, dodajmy zaraz, że słynne z kultury Niemcy Hindenburga miały przed wojną tyko jednego stuletniego starca na miljon ludności, gdy tymczasem Bułgarja, pogardliwie nazywana krajem świniopasów, była typowym krajem starych ludzi, skoro jeden stuletni obywatel przypadał na tysiąc mieszkańców. Dowodziłoby to iż kultura nie sprzyja długowieczności.

Czy można walczyć ze starością?

Na to pytanie odpowiemy: można i to z wielkiem powodzeniem!

Słynny jest przykład zwycięskiej walki ze starością, stoczonej przez Horacego Fletchera. Człowiek ten, mając lat 40 był siwym, kwękającym człowiekiem, co roku chorującym na „grypę" i pomniejsze zaziębienia, zniechęconym do pracy. Gdy chciał się ubezpieczyć na życie, towarzystwo ubezpieczeń po oględzinach lekarskich kandydata, uchyliło się od zawarcia z nim kontraktu, gdyż okazało się, że Flechter zbyt bliski był śmierci, to też dla instytucji ubezpieczeń kontrakt z nim nie przedstawiał żadnego interesu.

Odmowa towarzystwa ubezpieczeń poważnie zaniepokoiła Flechtera. Zaczął zastanawiać się, w jaki sposób doprowadził do ruiny swój organizm i doszedł do wniosku, że przedewszystkiem grzeszył błędami w odżywianiu. Jadł zawiele i niechlujnie, to znaczy żuł niedokładnie, obciążał więc przewód pokarmowy nieprzeżutemi kąsami. Po wielu latach bezmyślnego życia 40-letni ale już zgrzybiały Horacy Flechter zrozumiał, iż może ciążący na nim wyrok śmierci oddalić tylko przez zasadniczą reformę systemu odżywiania.

Fletcher [illegible]ił ze słusznego założenia, że najcięższą pracą organizmu ludzkiego jest zawsze praca trawienia. Pracy tej nie można marnować bezkarnie. Fletcher wobec tego zaczął jadać tylko najprostsze pokarmy, żując je niezwykle starannie, od tej pory dokładne przeżuwanie pokarmów „na papkę" zwie się „fleczerowaniem".

Rozumna reforma odżywiania dała zdumiewające rezultaty: człowiek, który w czterdziestym roku życia stał nad grobem — w dwadzieścia lat potem imponował wszystkim niemal młodzieńczemi siłami i zdrowiem. Oto dowody: w 60-tą rocznicę urodzin p. Fletcher robi na rowerze 320 kilometrów, a nazajutrz przed śniadaniem pokazuje, że nie jest zmęczony i wyjeżdża sobie rowerem na „spacer" 80-kilometrowy.

Fletcher znalazł licznych naśladowców, a jego system żucia pokarmow polegający na doprowadzeniu ich w jamie ustnej do konsystencji papki, zalecany jest przez lekarzy, zwłaszcza w wypadkach dolegliwości przewodu pokarmowego.

Podobnie jak Fletcher wydarł się z objęć śmierci obywatel Padwy Cornaro, zmarły jako stuletni starzec w r. 1566. Również w czterdziestym roku życia Cornaro czuł się już bardzo źle. Silne bole reumatyczne, dolegliwości trawienne, ciągle pojawiająca się gorączka — obrzydziły mu życie.

Cornaro zdawał sobie sprawę, że rozstroił sobie zdrowie brakiem umiaru w jedzeniu i piciu. Rozumiał też, że musi zdecydować się na wybór: albo ratować zdrowie i przeprowadzić gruntowną reformę systemu życia, albo brnąć dalej w nałogach i w szybkim czasie doczekać się zejścia z tego świata. Wolał on jednak pozostać przy życiu. Już w rok czasu pozbył się cierpień, ale też przeszedł na zupełnie inny tryb życia: jadał mało i tylko pokarmy najprostsze.

Gdy miał lat 70, ciężko potłukły go konie. lekarze nie rokowali nadziei utrzymania go przy życiu, jednakże obawy ich były płonne, gdyż uodporniony organizm Cornary zwycięsko po-

Mając lat 83 Cornaro sam siadał na konia, a jeszcze w setnym roku życia śpiewał, przyczem głos jego brzmiał konał chorobę.

Przytoczone przez nas przykłady długowieczności dowodzą, iż naogół ludzie chyba żyją zakrótko. Badania nad wiekiem zwierząt ssących dowodzą, iż żyją one 5, 6 a nawet 7 razy dłużej, niż trwa ich okres wzrostu. Ponieważ u człowieka ten okres wynosi około 25 lat, wynikałoby z tego, że człowiek powinien żyć około 150 lat. Jak wiemy osiągnięcie tej granicy jest niezwykle rzadkie i najczęściej człowiek nie osiąga nawet połowy tej normy.

Na przykładzie Fletchera i Cornary widzimy, iż można znakomicie przedłużyć życie ludzkie, gdy tylko oprze się je na racjonalnych zasadach, a zwłaszcza na racjonalnych zasadach odżywiania. W żadnej dziedzinie bodaj błędy życia nie odbijają się na zdrowiu ludzkiem tak nieubłaganie, jak w dziedzinie doboru pokarmów i ich prawidłowego użytkowania, to też kto chce walczyć z przedwczesną zgrzybiałością i niedołęstwem oraz z przedwczesną śmiercią, powinien zacząć walkę od zreformowania zasad swego odżywiania.

M.—ski.

Od dnia 10-go marca b. r. „Praktyczna Pani" ukazywać się będzie co tydzień w sobotę.

Tygodnik nasz będzie jednym z najtańszych pism perjodycznych w Polsce, dostępnym dla każdej, nawet najuboższej, kobiety. Tylko 30 groszy będzie kosztował pojedyńczy numer w sprzedaży, w kioskach gazetowych i księgarniach. Prenumerata miesięczna tygodnika z przesyłką do domu wynosić będzie 1 zł. 30 gr., kwartalna 3 zł. 30 gr. W kwartale ukaże się 13 numerów czasopisma, czyli cena jednego numeru w prenumeracie już z przesyłką do domu nie będzie przekraczać kwoty 30 groszy.

Oprócz kolorowych modeli sukien dodawać będziemy do każdego numeru tygodnika, na osobnym arkuszu, tablicę krojów sukien i wzorów robót naturalnej wielkości.

Treść każdego numeru będzie bogata i aktualna, jak również urozmaicona wieloma rycinami. Redakcja dołoży starań, by tygodnik, przez dobór artykułów w nim umieszczanych, czy to z dziedziny życia umysłowego, czy też życia praktycznego, stał się nieodzownym w każdym domu i by zyskał przyjaciółkę w każdej kobiecie bez względu na jej wykształcenie, zawód i sferę towarzyską.

Już w marcu b. r. rozpoczniemy druk bardzo ciekawej powieści jednego z najwybitniejszych współczesnych autorów. W każdym numerze umieszczać będziemy kupony, uprawniające do nabywania dobrych książek po zniżonych cenach, jak również i kupony rabatowe różnych sklepów z artykułami spożywczemi i konfekcją.

Wąsy Sobieskiego, Łomikamień, Saxifraga Sarmentosa



Łomikamień, to wdzięczna w hodowli roślina, która powinna znaleźć jak najszersze zastosowanie.

Odznacza się odpornością, nawet na złe warunki pokojowe. Rośnie szybko i pilnie, wypuszcza długie na pół metra wąsy. Kwitnie biało — kwiatki ma dość nikłe i niepozorne, ale zebrane w duże kiście, sztywno stojące do góry, prezentują się wcale okazale. Kwiaty ukazują się zwykle w kwietniu lub maju. Listki ma niewielkie u niektórych odmian średnicy około 5 cm., ciemno-zielone pięknie zabarwione. Są one okrągławe, o srebrnych smugach, pod spodem czerwone i owłosione.

Jest to trwała roślina zielona należąca do rodziny łomikamieniowatych. W niektórych okolicach nosi popularną nazwę wąsy Sarmaty, lub wąsa Sobieskiego.

Mimo, iż łomikamień rośnie całkiem płasko i nisko, w hodowli pokojowej traktujemy ją jako roślinkę ampułkową — najpraktyczniej zawiesić ją wysoko na oknie lub ustawić na półeczce. Wtedy wąsy nie będą się łamać, a przeciwnie będą rosły grube i obficie ukazywać się będą na nich młode roślinki (tak samo jak na rozłogach truskawek lub poziomek).

Łomikamień potrzebuje dużo światła, ale bezpośrednio promienie w południowych oknach mu szkodzą. To też lepiej go zawieszać w zachodnich, lub nawet północnych oknach. Pamiętać jednak należy, iż ustawiony zdala od światła rośnie licho i choruje i trudno mu walczyć z nieprzyjaciółmi.

Nieprzyjaciół zaś posiada groźnych i to wielu. Łomikameń jest bowiem ulubionym siedliskiem czerwonego pająCzka oraz mszyc. Przed temi pasożytami musimy go bronić i regularnie co dwa tygodnie—bezwzględu na to, czy stwierdzimy obecność pasożytów, czy nie — należy go opryskiwać roztworem szarego mydła i tytoniu.

Uważać należy wogóle, aby sobie do hodowli kwiatów nie zawlec pasożytów. Wystarczy przynieść jedną mszycę z jakąkolwiek rośliną do mieszkania, a w sprzyjających warunkach rozwiną się i wyniszczą wszystkie kwiaty.

Łomikamień dość silnie wyczerpuje ziemię, należy bowiem do roślin żarłocznych, to też od marca do sierpnia należy go zasilać podlewaniem z odrobiną nawozu.



W każdem większem mieście kraju, pragniemy mieć jeżeli nie zastępstwo redakcji i administracji „Praktycznej Pani" to przynajmniej stałą korespondentkę. Prosimy o wyczerpujące oferty.

Pranie pasków uszczuplających

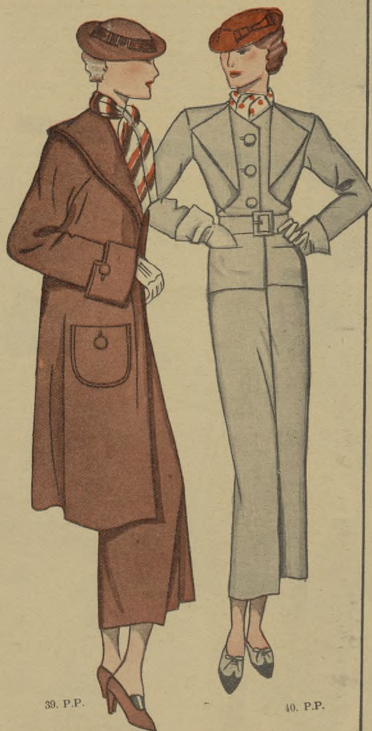
Pasy uszczuplające gumowe czy fiszbinowe dają się prać doskonale, nie należy, tylko używać gorącej wody, pod jej wpływem bowiem tkanina się zbiega i pas mogłby się okazać zaciasny. Przed praniem trzeba oczywiście odpruć od pasa wszelkie ozdoby jak wstążki i koronki, które należy wyprać osobno w letnich mydlinach, to samo należy zrobić z podwiązkami, sznurowadłem, bryklą a nawet fiszbinami o ile nie są prawdziwe. Fiszbiny sztuczne, celuloidowe piorą się wprawdzie doskonale ale pod gorącem żelazem rozpuszczają się i zamieniają w brzydką, lepką masę. Po usunięciu wszystkich ozdób i części metalowych, bierzemy szklankę płatków mydlanych albo uskrobanego mydła do prania, mniej więcej w takiej ilości, rozprowadzamy wodę gorącą i przecedzamy przez rzadkie sitko. Do rozrobionego mydła dolewamy na miednicę wody letniej tyle aby dobrze, mający się prać pas, pokryła. Pas winien leżeć w mydlinach conajmnije przez całą noc a nawet całą dobę. Po upływie tego czasu dolewamy gorącej wody tyle aby wystudzone mydliny były zlekka ciepłe i pierzemy pasek szczoteczką. Dolewając wodę baczyć aby jej nie nalewać wprost na materjał. Po upraniu i wypłukaniu nie można paska wyżymać ani wykręcać ale ułożyć między prześcieradła i dobrze zgóry przycisnąć, tak aby jaknajwięcej wilgoci płótno wyciągnęło. Prasować dobrze wilgotny, przez galganek, bacząc starannie aby nie psuć fasonu wyciąganiem. Najlepiej byłoby prasować wzdłuż nitek tkaniy. Pasy ciągące się gumowe, tak jak pończochy gumowe noszone przy żylakach, prać można doskonale, ale prasować żelazem ledwie cieplem, raczej maglując, gdyż guma nie znosi gorąca. Zupełnie suchy pas nawlekamy na nowo bryklą i t. d. i przyszywamy ozdoby. Jestto odpowiedni moment do zmiany podwiązek jeśli są powyciągane.

S. L

SZLAK HAFTOWANY

Na bialem płótnie haft angielski i „Richelieu" nadający się do prześcieradeł pod koldrę lub firanki.

Kostjumy wiosenne



41. P.P. Klasyczny kostjum z ciemnego szewiotu, zapinany na dwa rzędy.



39. P.P. Kostjum z ciemnobronzowego sukna z żakietem półdługim z dużemi naszytemi na wierzchu kieszeniami.

40. P.P. Oryginalny kostjum z miękkiego wełnianego materjału, przód żakiecika, przy którym niema kołnierza, ma dwie duże klapy, stanowiące rodzaj bolera.



ŚWIAT W ILUSTRACJI



Jeden ze zwycięzców w konkursie piękności na wystawie psów w Londynie. Przeszło 4.000 rozmaitej wielkości i barwy okazów ubiegało się o nagrody i odznaczenia.

(Z lewej na dole). Po dniu wielkiej mgły tak gęstej w Londynie chwycił nagły mróz pokrywając drzewa i ulice skorupą gładkiego lodu, uniemożliwiając normalne chodzenie. Jak widzimy na fotografji, osoby zmuszone do wyjścia na ulicę okręcały sobie stopy chustkami, aby móc jako tako posuwać się naprzód. Woźnice owijali również koniom kopyta, aby je uchronić od upadków.

Pomysłowy aparat do wyszczuplającego masażu.







(Z prawej). Synek jako podróżny tłumoczek. Na londyńskiej wystawie przyborów wycieczkowych demonstrowano specjalny aparacik do dźwigania „milusińskich", tak aby to nie krępowało ruchów noszącego.

W Los Angeles jedna z pierwszorzędnych firm krawieckich urządziła pokaz tualet wyłącznie na modelkach japońskich, chcąc w ten sposób pokazać swoim licznym klijentkom z Japonji, jakie fasony są dla ich typu najodpowiedniejsze.

(Prawy róg na dole). Na skraju pustyni Arizona w Ameryce, rośnie pewien gatunek kaktusa, który stanowi rodzaj zbiornika wody, który już niejednemu myśliwemu i poszukiwaczowi złota uratował życie. (W lewym rogu u dołu). Panna Łucja Baner, uczennica Szkoły Sztuk Pięknych w Londynie zdobyła dwuletnie stypendjum na dalsze kształcenie jako nagrodę za piękną rzeźbę, którą widzimy wraz z jej autorką na zamieszczonej fotografji.

Nauka czytania przy pomocy piórka. W londyńskiej szkółce dla dzieci głuchoniemych nauka czytania udzielana jest w sposób następujący: nauczycielka wymawia nazwę litery wyraźnie, trzymając przed ustami piórko, na które dziecko musi uważnie patrzyć aby pochwycić ruch piórka i następnie ten ruch samo w podobny sposób naśladuje, wywolując dźwięk taki sam jaki wydały usta uczącego. Po przełamaniu pierwszych trudności dzieci orjentują się łatwo i bardzo szybko naśladują zarówno pojedyńcze dźwięki, jak całe wyrazy.









Najmodniejsze bluzki i kapelusze



42. P.P.



47. P.P.



43. P.P.



44 P.P.

.5. P.P.



46. P.P.

42. P.P. Śliczna bluzka z różowego jedwabiu do czarnej aksamitnej albo jedwabnej spódniczki.

43. P.P. Praktyczna bluzka wełniana, której całą ozdobę stanowi przewlekana naokoło szyji szarfa.

44. P. P. Wygodna bluzka domowa z krótkiemi rękawkami. Oryginalne klapki zapinają się na guziki przyszyte do spódnicy.

45. P. P. Kapelusz z czarnej tafty przepasany szarfą w kolorze szalika. Czarna zamszowa torba i takież rękawiczki.

46 P. P. Kazak z jasnopopielatego jedwabiu. Spódnica jedwabna lub sukienna popielata ciemniejsza.

47. P.P. Figlarna czapeczka-kapelusik ozdobiona strzałą z czarnego dżetu.

O zawodzie ogrodniczki

Zawód ogrodniczki jeśli się idzie do niego z zamiłowaniem daje olbrzymią satysfakcję, pozwala wykazać swoją energję i zdolności oraz prędzej niż gdzieindziej dojść do niezależnego stanowiska, zdobywając własny warsztat pracy. Zmontowanie własnego czy dzierżawionego ogrodu w rentujące się przedsiębiorstwo nie jest znów rzeczą tak bardzo trudną i nie wymaga tak bardzo dużych kapitałów.

Oczywiście jak wszędzie, obok blasków są i cienie — wieś nasza jest bowiem bardzo zapóźniona w swym rozwoju kulturalnym, to też praca inteligenta bywa dość ciężka i naprawdę pionierska.

Ale jeśli się posiada ukochanie ziemi, zamiłowanie pracy i ambicję czynienia dobrze, naogół można się zwycięsko opierać przeciwnościom losu i niewygodom życia wiejskiego.

W dziedzinie ogrodniczej nadprodukcja jeszcze długo nie grozi, bo istnieją nietylko wielkie możliwości na rynki skandynawskie, które z racji swego klimatu nigdy nie staną się w tej dziedzinie samowystarczalne, ale i na rynku krajowym jest jeszcze dużo do zrobienia.

Obecnie importujemy bardzo dużo warzyw i owoców, mimo, że konsumcja przeciętna jarzyn i owoców w Polsce jest kilkakrotnie większa niż w krajach Europy zachodniej.

Mimo kryzysu, sadownictwo w Polsce rozwija się dobrze i przybywa coraz więcej dużych i małych ogrodów, a jednak ilościowo i jakościowo jesteśmy jeszcze ciągle w tyle za innemi krajami.

Dość powiedzieć, że w Polsce na jednego mieszkańca wypada zaledwie pół drzewa owocowego, w Niemczech zaś trzy, a w Czechosłowacji cztery i pół drzewa.

Hodowla warzyw przyśpieszonych — szklarniowych leży jeszcze zupełnie odłogiem. Wszystkie te owoce i jarzyny, które oglądamy zimą za witrynami luksusowych sklepów pochodzą z zagranicy.

W dziedzinie kwiaciarstwa jest również wiele do zdziałania. Znaczny w tym zakresie import z Niemiec przynosi nam poprostu ujmę dowodząc niedołęstwa lub niedbalstwa. To samo można powiedzieć o nasiennictwie i pozostałych działach ogrodnictwa.

Pojemność naszego rynku możnaby kilkakrotnie zwiększyć — trzeba tylko dostarczyć ludziom przez cały rok obfitość jarzyn i owoców w dobrym gatunku i to za cenę dostosowaną do skali zarobków, a spożycie się bardzo wzmoże. Bo dziś już prawie wszyscy doceniają wartości zdrowotne „witamin".

Małe spożycie tłumaczyć można bowiem tym jedynie, że wyborowe owoce i jarzyny są u nas co do ceny, artykułem luksusowym a nie pierwszej potrzeby.

Jeśli chodzi o ogrodnictwo jako zawód, to jest on jakby stworzony dla kobiety.

Jest to jeden z najzdrowszych fachów, przez stały ruch na świeżym powietrzu, którego żaden sport nie zastąpi. Praca miła, niewyczerpująca — daje długie okresy wypoczynku, który można poświęcić wyłącznie sobie lub rodzinie. Duże zadowolenie zapewnia również i przez to, że nie trzeba zbyt długo czekać na rezultaty swej pracy i jest się stosunkową niezależną. Własny ogród można sobie przy posiadaniu t. zw. zmysłu praktyczności zorganizować niewielkiemi stosunkowo środkami.

Przed laty gdy kobiety zaczęły się masowo garnąć do ogrodnictwa jako jednego z niewielu zawodów stojących otworem przed niemi istniało wielkie uprzedzenie co do ogrodniczek, w przypuszczeniu, że nie podołają fizycznym wysiłkom i nie potrafią utrzymać w należytej subordynacji podległego personelu pomocniczego.

Dziś uprzedzenie to kompletnie zniknęło i wiele firm handlowych powierza swe ogrody wyłącznie kobiecym rękom.

Jak nas poinformowano w sekcji pośrednictwa pracy w Stowarzyszeniu Ogrodników zapotrzebowanie na fachowe ogrodniczki jest stałe.

Poszukują ich do dużych zakładów ogrodniczych handlowych, do majątków ziemskich na instruktorki objazdowe, do lustracji ogrodów, wygłaszania odczytów, prelekcji i pogadanek.

Szkolnictwo ogrodnicze rozbudowuje również ogromnie — wszystkie szkoły gospodarcze wprowadziły je jako przedmiot obowiązkowy, oprócz tego mamy po całym kraju, całą sieć niższych i średnich szkół ogrodniczych, istnieje więc duże zapotrzebowanie nauczycielek ogrodnictwa ze wszystkich działów, do prowadzenia wykładów i praktycznych ogródków szkolnych działkowych t. zw. rodzinnych i t. d.

Urządzają one również zajęcie na stacjach rolniczych doświadczalnych, do prac naukowych w laboratorjach i do praktycznych na poletkach doświadczalnych (próby z nowemi odmianami, uszlachetnieniem, selekcją i t. p.)

Zarobki ogrodniczek są różne: prowadząca wielki ogród handlowy dostaje od 100 złotych wzwyż, plus pełne utrzymanie oraz procenty.

Instruktorki otrzymują od 150—200 zł. plus diety, koszty na rozjazdy i t. p. Laborantki po stacjach doświadczalnych mają od 200—300 zł., ale te posady zastrzeżone są dla tych, które mają pokończone wydziały ogrodnicze na uniwersytetach i tytuł inżyniera ogrodnika.

Oczywiście jak wszędzie tak i tutaj nic się nie zrobi bez gruntownej znajomości rzeczy.

Do tego aby się nazwać wykwalifikowaną ogrodniczką trzeba oprócz szkolnej teoretycznej nauki, mieć i praktykę, na którą w tym zawodzie musi być położony mocniejszy nacisk niżli w jakimkolwiek innym.

Praktyki po majątkach i zakładach ogrodniczych są z zasady bezpłatne, zapewniające conajwyżej mieszkanie i utrzymanie.

A im lepsza praktyka tem oczywiście pewniejsze szanse dalszego zarobkowania.

Wydziały ogrodnicze ma u nas 5 uniwersytetów. Uniwersytet Jagielloński, Politechnika Lwowska, Uniwersytet Poznański, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie i Uniwersytet Stefana Batorego w Wilnie.

W skład studjów trwających od 4—6 lat wchodzi: sadownictwo, warzywnictwo, kwiaciarstwo, nasiennictwo, ekonomja t. j. administracja, handlowość, kalkulacja i t. p. a ostatnio nawet i przetwórnictwo. Można się specjalizować w jednym z tych działów, jednakże dla podjęcia się kierownictwa i lepszego zarobkowania, należy traktować ogrodnictwo ogólnie jako całokształt.

Zaznaczyć jednak musimy, iż na wydział ogrodniczy uniwersytetu powinny iść jedynie te dziewczęta, które się czują powołane do późniejszej pracy naukowej.

Natomiast dla praktycznego zastosowania wystarczy średnia czy nawet niższa szkoła ogrodnicza i kilkuletnia praktyka.

Miejsc dających pole naukowej pracy w tej dziedzinie mamy w Polsce bardzo niewiele, masowe zapełnianie uniwersytetów jest luksusem, na który nas nie stać.

W dzisiejszych tak bardzo trudnych warunkach, gdy walka o byt staje się coraz trudniejszą, trzeba cały wysiłek skierować do tego aby w jaknajkrótszym czasie wykształcić pełnowartościowych fachowców zdolnych do samoistnej egzystencji. Prawo wstępu do niższych i średnich szkół ogrodniczych dają, zależnie od poziomu tych szkół, pełna szkoła powszechna lub też 6 klas gimnazjum (starego typu).

Nauka trwa przeważnie trzy lata poczem zdaje się egzamin ogólny a po rocznej obowiązkowej praktyce egzamin główny, dopiero wtedy otrzymuje się dyplom ukończenia szkoły, dający prawo do samodzielnego stanowiska.

M. M.

O niehigjenicznym i brzydkim zwyczaju towarzyskim całowania rąk kobiecych przez mężczyzn

Pogadankę taką miałem w lecznicy z ważnego powodu. Dr. Padlewski, profesor mikrobiologji i higjeny na uniwersytecie poznańskim, zwrócił nam uwagę na szkodliwość zwyczaju całowania rąk, który również istniej w kosowskiej lecznicy. Następnie w dyskusji prof. dr. Padlewski objaśnił rzecz ze stanowiska mikrobiologji, o czem szerzej przy końcu. Oto treść mojej pogadanki.

Geneza całowania w ręce.

Całowanie rąk wyszło z rodzinnego życia i niegdyś miało uczuciowe znaczenie. Dzie ci całowały rodziców, ojciec matkę, a domownicy swych gospodarzy. Za mej młodości mężczyźni całowali w ręce starsze panie w domowem kółku, ale nie jak teraz — wszystkie znajome i wszędzie, nawet na mie jscach publicznych. Wyraz serdecznych uczuć przybrał już czczą formę. Wprawdzie w czasach dawniejszych, kiedy istniała pańszczyzna, całował w rękę, lud swego pana i pani, ale był to znak uległości i pokory.

W zwyczaju całowana rąk, jak widzimy, występują dwa symbole — serdecznych uczuć i upokorzenia człowieka ale jest jeszcze inny powód, dlaczego zwyczaj ten w Polsce tak uporczywie się utrzymuje. Jest to wzajemny stosunek obu płci i sposobność wyrażenia swej sympatji i hołdu. Temat ten nastręcza wiele refleksyj, ale tutaj nie będę się tem zajmował, bo idzie mi głównie o zagadnienie, na wstępie postawione.

Zwyczaj szerzycielem chorób zakaźnych.

Zwyczaj ten urąga higjenie osobistej. Potrzeba o tem wiedzieć, że jama ustna jest siedliskiem zjadliwych bakteryj, które na migdałkach przebywać mogą miesiącami — nie czyniąc szkody człowiekowi i dopiero, przeniósłszy się na drugą osobę, mogą się rozwinąć i rozmnożyć, gdy znajdą odpowiednie warunki. Są to drobnoustroje najrozmaitsze — nietylko **gnilne**, ale nawet **mikroby chorób epidemicznych, tyfusu, dyfteji**, śpiączki i t. p. Tem się tłumaczy nagłe występowanie zaraźliwej choroby bez widocznej przyczyny. Mężczyzna całujący, przenosi bakterje na rękę kobiety, a tą drogą wędrują one do ust jej samej i innych osób. Grozi to także rodzinie i domownikom.

Choroby zębów również tą droga się szerzą, choć ani mężczyzna trzymający się tej formy towarzyskiej, ani bierna kobieta nie domyślają się, ile złego wyrządza ten zwyczaj — pozornie niewinny. Więc zastanówmy się nad tą kwestją.

Zdawałoby się, że choroby zębów ograniczają się tylko do jamy ustnej i samych zębów. Tak jednak nie jest, bo mogą one dać powód do ciężkich **schorzeń całego organizmu.** Przez otwarte kanały spróchniałych zębów, wdrążają złe bakterje wprost do krwi i, zakażają ją, wywołują wiele rozmaitych cierpień. Poza tem przez przewód pokarmowy dostają się złośliwe drobnoustroje z połykaną śliną **do kiszek** i psują trawienie, a nawet przyczyniają się do zapalenia kiszki grubej i wyrostka robaczkowego. Nawet powrotną drogą mogą znów znaleźć się w ustach, a potem na ręce kobiety. Oto cały łańcuch następstw złego zwyczaju.

Dawniej jeszcze, przed półwiekiem, choroby zębów były rzadkością, a piękne zęby podnosiły wdzięk kobiecy; dzisiaj zęby złotem cyzelowane i porcelanowe już nie zastąpią natury.

Błąd przeciw estetyce.

Powyższe dowody powinny przekonać, jak szkodliwy jest ten zwyczaj towarzyski, ale prócz tego jest on **estetycznie brzydki.** Widok pochylonego mężczyzny, całującego w rękę kobietę, a przytem jej sztuczna poza, niema w sobie nic wdzięku, bo jest sztywna i grzeszy brakiem naturalnego ożywienia. Malarz takiej sceny do obrazu nie weźmie, bo jest powszednia i nieładna. Gorsze wrażenie robi całowanie w rękę — **publicznie** i to **przez rękawiczkę.**

Nasuwają się tu jeszcze inne względy. Zwyczaj jest krępujący dla ludzi nieśmiałych, a przykry dla osób sobie niesympatycznych.

Zwalczanie tego zakorzenionego zwyczaju (tylko w Polsce istniejącego) zawisło przeważnie **od kobiety;** znajdzie ona na to sposób, aby wyrazem i gestem zapobiec złej formie towarzyskiej. Musiałaby jednak dopomóc opinja publiczna, oparta na towarzystwie **„Przyjaciół zdrowia"**, jak np. Liga zdrowia, założona przez dr. Brayera w Krakowie. Podobne towarzystwa istnieją w Niemczech z tysiącami członków — złączonych wspólną ideą. Zrzeszenia te są wszędzie rozgałęzione i stanowią potęgę — wywierając wpływ na reformę życia codziennego i obyczajów.

Dr. A. Tarnowski.

W dalszym ciągu zabiera głos prof. dr. Padlewski z Uniw. poznańskiego.

Szkodliwe dla zdrowia zarazki.

Do słów prelegenta dra Tarnowskiego chcę dorzucić kilka uwag, opartych na badaniach ściśle naukowych. Idzie o odwrócenie się od wadliwego zwyczaju, zakorzenionego w Polsce od wieków, całowania pań w rączki przy wszelkich okazjach. Takie wystąpienie przeciw obyczajom ma cechę jakby rewolucji. Aby ten szkodliwy zwyczaj zwalczyć, należy „rewolucję obyczajów" popierać wszelkiemi dowodami, jakiemi rozporzadza wiedza obecna.

Do dowodów natury ogólnej muszę dodać, że istnieją ludy: Chińczycy, Koreańczycy, Japończycy, nie posługujące się pocałunkiem, jako wyrazem szacunku lub miłości. Mimo to nie możemy posądzać, aby piękne uczucie miłości było im obce.

Chcę omówić poruszoną sprawę jako higienista, bakterjolog.

Wszyscy już dobrze wiedzą, że rozmaite choroby zakaźne powstają przez przedostanie się do naszego ustroju mikrobów drobnoustrojów chorobotwórczych, czy to w postaci bakteryj, czy to pierwotniaków i krętków, czy to niższych grzybków pleśniaków, czy tak małych tworów, których nie widzimy nawet przy zastosowaniu największego powiększenia w nowoczesnym mikroskopie. Takie twory nazywamy ultramikroskopowemi, przesączalnemi, ponieważ przechodzą one przez sączki porcelanowe, nie przepuszczające innych zarazków. Wiele chorób zakaźnych wywołują właśnie te niewidzialne przesączalne zarazki, jak to: ospę, wściekliznę, odrę, szkarlatynę, paraliż dziecięcy grypę i inne. Większość jednak znanych chorób zakaźnych wywołują mikroby, należące do grupy bakteryj.

Należy tu zaznaczyć, że na szczęście większość rozpowszechnionych w przyrodzie mikrobów nie należy do groźnych nam chorobotwórczych zarazków. Wykonują one niezbędną i potrzebną pracę w przemianie energji i materji. Rolnik i technik wyciągają z tego wielkie korzyści, a rozmaite produkty spożywcze zawdzięczamy czynnościom drobnoustrojów naszych sprzymierzeńców, jak to: chleb, mleko zsiadłe, kefir, sery, kiszona kapusta, kiszone ogórki i wiele innych.

W danej chwili interesują nas tylko szkodliwe, chorobotwórcze zarazki, od których nieraz tak bardzo cierpimy. Gdzie one się znajdują? Gdzie ich należy szukać? Odpowiedź na to pytanie ma bardzo ważne znaczenie, ponieważ wskazanie miejsca pobytu wroga da nam możność ochronić się i ewentualnie zniszczyć go, zanim dostanie się do naszego ciała.

Siewcy zarazków zakaźnych.

O ile zarazki niechorobotwórcze bardzo są rozpowszechnione w przyrodzie nas otaczającej, o tyle chorobotwórcze znajdują się przeważnie na podłożu, do którego są najbardziej zastosowane, t. j. w ustroju, w którym wywołują chorobę. Poza ustrojem, nie znajdując odpowiednich warunków bytowania, prędko giną. Stwierdzono, co jest dorobkiem nowoczesnej mikrobiologji, że zarazek znajduje się nietylko w ustroju ulegającym chorobie, we wszystkich jego wydzielinach i wydalinach, lecz także i przez dłuższy okres po chorobie, a nawet w osobniku zdrowym, odpornym na chorobę, o ile miał styczność z osobą chorą. Takie osoby odgrywają bardzo poważną rolę w epidemjologji wielu chorób zakaźnych i nazywamy je nosicielami i siewcami zakaźnych zarazków. Nie tylko zarazem cholery, duru brzusznego, lecz nawet i zarazek strasznej choroby — dżumy płucnej może przebywać w gardle osobnika zdrowego.

Ponieważ najczęściej zdarza się, że nosiciele i wydzielacze zarazków sami nie wiedzą i nie podejrzewają jakie tworzą niebezpieczeństwo dla otoczenia stąd wynika, jak wielkie znaczenie epidemjologiczne powinny posiadać wyżej wymienione źródła zakażenia.

Gdzie są zarazki zakaźne i jakiemi drogami się dostają.

Gdzie przebywają w ustroju zakażonym zarazki? Jakiemi drogami dostają się przy zakażeniu? — Przeważnie znajdują się na błonach śluzowych, w ich wydzielinach i w wydalinach, a więc:

w przewodzie pokarmowym, zaczynając od jamy ustnej, w gardle, w krtani, w drogach oddechowych. Plwocina i ślina zawierają zwykle bardzo dużo drobnoustrojów, ponieważ warunki dla bytowania i rozmnażania tam się drobnoustrojów są nader sprzyjające.

Pomijają wielką ilość rozmaitych niechorobotwórczych mikrobów, stanowiących stałą „florę jamy ustnej", znajdujemy tam też i chorobotwórcze zarazki: gruźlicy, błonicy (dyfterji), szkarlatyny, ospy, wścieklizny, duru brzusznego, krztuśca, kiły, rozmaite ropotwórcze zarazki etc. Podam jako przykład, że podczas strasznej, bo w 100% śmiertelnej choroby dżumy płucnej w Mandżurji w r. 1910—11, wykryłem w gardle jednego Chińczyka, jeszcze zupełnie zdrowego, bakterje dżumy. Ten Chińczyk bezwiednie mógł się przyczynić do znacznego szerzenia choroby.

Prócz zarazków, powodujących powstanie chorób o wybitnych cechach swoistych w jamie ustnej osobnika zupełnie zdrowego mogą się znajdować i zarazki nie ściśle swoiste, powodujące: to zwykłe zapalenie gardła, to wrzody i nawet martwicę tkanek, to próchnicę zębów. Wiele bakteryj jamy ustnej zwłaszcza przy niedostatecznem pielęgnowaniu, przyczynia się do rozkładu resztek pożywienia i wytwarzaniu się ciał jadowitych. Ilość i obfitość gatunków mikrobów jamy ustnej jest zdumiewające.

Zdradliwy pocałunek.

Przy pocałunku, przy dotknięciu zwilżonemi ustami powierzchni skóry ręki, pozostaje na niej dużo zarazków. Jeżeli pośród nich będą zarazki chorobotwórcze, mogą one przedostać się przez nieznaczne i niespostrzeżone uszkodzenia skóry i tam przyczynić się do rozmaitych stawów zapalnych, do powstania ropni etc. Najbardziej jednak mogą one być niebezpieczne przy przedostaniu się ze skóry ręki na błonę śluzową ust i stamtąd do gardła, dróg oddechowych i przewodu pokarmowego. Nieraz nawet się zdarza, że matka przez pocałunek przenosi zarazek dyfterji, szkarlatyny z dziecka chorego na zdrowe. Podczas wyżej wspomnianej epidemji dżumy w Mandżurji, nastąpiło zakażenie 15 osób przez wspólną fajeczkę do palenia makowca (opium).

Jeżeli kobiecie przez pocałowanie ręki grozi niebezpieczeństwo, że się sama zarazi, albo, że będzie przenosicielką zarazka na drugą osobę, to nie mniejsze niebezpieczeństwo grozi całującemu, ponieważ narażony jest na wchłonięcie rozmaitych zarazków obficie znajdujących się na powierzchni tej nawet bardzo starannie wymytej ręki. A cóż dopiero mówić o ręce, która przed podaniem do pocałunku dotykała rozmaitych przedmiotów, zawierających na powierzchni bardzo wiele bakteryj jak: klamki od drzwi, uchwyty przy wsiadaniu do tramwajów, torebki skórzane i wiele innych przedmiotów.

Aby unaocznić zanieczyszczenie rąk rozmaitemi drobnoustrojami, nie dającemi się usunąć nawet przy bardzo długiem i starannem myciu, zwykle przeprowadzamy przy ćwiczeniach dla studentów medycyny następujące doświadczenia. Ścieramy wilgotnym, jałowym wacikiem powierzchnię skóry ręki: 1) nie mytych; 2) po wymyciu tylko ciepłą wodę z mydłem; 3) po wymyciu wodą z mydłem i środkiem odkażającym (sublimat, lizol); 4) po wymyciu poprzedniem z ostatecznem opłukaniem alkoholem. Każde takie mycie trwa od 5 do 10 minut. Okazuje się, że jeżeli kropla zmytej wody w przypadku pierwszym zawiera kilkaset tysięcy do kilku miljonów bakteryj, to po akcie 2-gim, 3-im i nawet 4-ym ilość bakteryj wprawdzie się zmniejsza, ale nie zanika zupełnie. Najczęściej po ostatecznem wymyciu pozostaje jeszcze od kilkudziesięciu do kilkuset tysięcy mikrobów i to w tej liczbie możemy wykryć jeszcze nawet i szkodliwe, np. ropotwórcze.

Żadne z używanych zabiegów nie mogą usunąć zarazków, znajdujących się w fałdach i zagłębieniach skóry i paznokci. Z tego powodu większość chirurgów przy operacjach obecnie po starannem wymyciu rąk wkłada jeszcze gumowe rękawiczki, które łatwo dają się odkazić.

Artykuł powyższy został przedrukowany z „Ilustrowanego Kurjera Codziennego" za pozwoleniem autora.

CO SOBIE POWIEMY?

Do działu naszego „Co sobie powiemy?" otrzymaliśmy ciekawy i typowy list, który powinien wywołać ożywioną dyskusję między czytelniczkami, dlatego podajemy go w całości. Liczymy na to, że posypią się zdania i uwagi a może i dobre rady, pod adresem autorki, które chętnie pomieścimy.

Zachęcona wezwaniem Redakcji „Praktycznej Pani", której szczerze mówiąc stałam się gorącą wielbicielką, zwracam się z prośbą o pewne wskazówki. Zacznę od krótkiego opisu mojej osoby. Jestem mężatką, mój mąż jest inżynierem, mam córkę, która liczy 6 miesięcy, ja mam lat 26, skończone W. S. H. i trochę męski charakter i aspiracje. Od najmłodszych lat gardziłam gospodarstwem domowem, takiem małem, nieefektownem, lubiłam to wszystko co lubią chłopcy. Moje aspiracje w tym kierunku miały dobre podłoże do rozwoju, bo Matka moja kochając mnie bardzo i znając moją niechęć do spraw domowych, nigdy mnie w tym kierunku nie wdrażała. Po zdaniu matury wyjechałam na studja do Krakowa i tam poznałam mego obecnego męża, który był studentem Akademji Górniczej. Nie odznaczałam się zbytnią mądrością, byłam przeciętną młodą dziewczyną, jakich teraz b. dużo. Lubiłam bardzo sport, ruch, uczyłam się dobrze, zdobywałam ten swój cel, niezależność, samodzielność, starałam się aby nie dać się wyprzedzić moim kolegom, z którymi specjalnie rywalizowałam, uważając, że szczytem ambicji jest dorównać mężczyźnie. Potem wyszłam zamąż, mąż mój był jeszcze akademikiem. Ja musiałam pracować, jako nauczycielka w szkole handlowej, a potem w biurze. Dzięki tej pracy samodzielnej wyrobiło się u mnie poczucie odpowiedzialności wobec społeczeństwa. Znałam i rozumiałam swą przynależność do pewnej grupy społecznej. W międzyczasie, ciągle pracując, urodziłam córkę, wychowaniem której zajęła się moja matka, która mieszkała ze mną, bo mąż mój kończył studja w Krakowie, myśmy mieszkały pod Krakowem. Po urodzeniu dziecka, prędko powróciłam do równowagi zwłaszcza, że musiałam pracować. W grudniu zdał mój mąż dyplom i przyjechaliśmy do Dziedzic. I teraz zaczyna się moja walka wewnętrzna. Kocham swego męża i on mnie kocha; jesteśmy doskonałymi towarzyszami, rozumiemy się świetnie, kocham bardzo dziecko, swój dom, ale to wszystko dla mnie zamało. Mąż mój lubi bardzo nasze wewnętrzne życie i ja je lubię, staram się bardzo, aby było u nas miło i dobrze, ale mąż wraca zmęczony po mniejszych lub większych walkach z życiem i tu odpoczywa, ja czuję w sobie cały ogrom energji, której nie mam gdzie wyładować, dużo siły, która idzie niezużyta, czuję potrzebę walki, zdobywania, zwłaszcza, że przez tyle lat to było moim udziałem. Czuję się tą nic nieznaczącą jednostką, którą oderwano od zorganizowanej grupy i kazano żyć samej. Wychowuję córkę, ale pomaga mi matka, gospodarstwem całem zajmuje się moja gospodyni, nauczyłam się robić swetry i inne roboty, używam sportu, dużo chodzę, czytam, ale to wszystko nie daje mi tego zadowolenia, czuję się jak mężczyzna, któremu kazano to wszystko robić co ja teraz robię. I teraz właśnie proszę o radę. Albo proszę mnie wyrugać co wlezie i powiedzieć, że to są jedynie kaprysy, albo dać taką radę, abym będąc dobrą żoną i matką aby robiąc to wszystko dla utrzymania miłej atmosfery w domu — miała zaspokojoną potrzebę czynu i odpowiedzialności.

Z utęsknieniem czekam na odpowiedź w następnym numerze i pilnie czytam dział „Co sobie dziś powiemy". Proszę o odpowiedź pod cyfrą „W. W.".

Chodzenie jest rόwnież sztuką!

O gimnastyce mówi się i pisze, propagują ją w książkach i zakładach, popularyzuje na wykładach i w czasopismach, niestety niekażdy a zwlaszcza niekażda, mają czas i ochotę zająć się gimnastyką regularnie i celowo. Młodzież gimnastykuje się naogół dość chętnie, ale panie pracujące, gospodynie i matki zaniedbują ćwiczenia takie prawie najzupełniej. Trudno z tem walczyć, chociaż właśnie takim paniom rytmiczne i celowe ruchy zrobiłyby szczególnie dobrze. Całodzienna praca w magazynie, nad maszyną do pisania czy do szycia nad biurkiem czy



Normalne położenie ciała przy powolnem chodzeniu.

nad krosnami, nadaje całej postaci specjalne pochylenie niehigieniczne i nieładne. Zachęcanie do gimnastyki rzadko odnosi swój skutek, całodzienny wysiłek przy pracy fachowej, w kuchni czy przy dzieciach dość już wywołał zmęczenia aby nam się chciało, chociaż kilka minut poświęcić na wysiłek, którego możemy uniknąć.

Jestto obaw niepomyślny, ponieważ umiejętnie stosowanej gimnastyki nic nie zastąpi całkowicie. Sporty są zbyt jednostronne, zabierają dużo czasu, są przytem bardzo kosztowne, musimy zatem pomyśleć, aby w ramach naszych możliwości znaleźć coś coby nam choć w części zastąpiło i gimnastykę i sport. Z pewnością nie domyślają się panie nawet co mam w tej chwili na myśli, a takie to proste, takie bliskie, takie nietrudne. Chodzi o sztukę... chodzenia. Panie się uśmiechają, bo jakaż tu może być sztuka, prawda? A jednak jest i to niebylejaka, bo wkracza w dziedzinę estetyki i higieny, sportu i gimnastyki. Każdy ruch może był ładny lub brzydki, celowy lub zbyteczny, każdy powinien być harmonijny i potrzebny. To samo stosuje się oczywiście do chodzenia. Chodzić należy tak aby ciężar ciała rozkładał się równomiernie nie zmuszając nóg do zbytniego wysiłku. Lekki, rytmiczny chód, w którym biorą udział dyskretny ale całkowity wszystkie mięśnie, jest czemś w rodzaju łatwej, prostej gimnastyki. Dlatego też jedni ludzie chodzą brzydko i ci zazwyczaj męczą się szybko, inni zaś stąpają swobodnie i wytrwale. Umiejętne zgranie się wszystkich mięśni ożywia krążenie krwi, ułatwia oddychanie, wpływa regulująco na serce. To też kto nie ma czasu lub ochoty pomyśleć o gimnastyce, niech chociaż godzinę dziennie stara się spacerować, bacząc przytem pilnie aby wszelkie warunki sprzyjające dobremu oddychaniu, ładnemu lekkiemu stąpaniu, zostały pilnie przestrzegane.

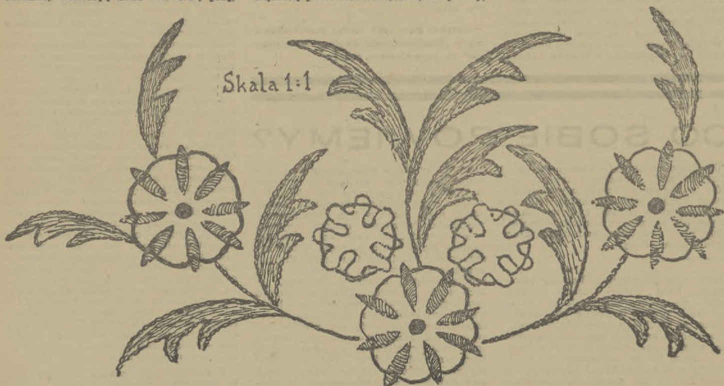
Taki spacer może nam oddać bardzo duże usługi: odpowiednia postawa stosowana przy chodzeniu przejdzie z czasem w nawyknienie, figura się wyprostuje, głowa trzymana lekko i prosto stanie się prawdziwą koroną korpusu, ładnie ustawione stopy nadadzą harmonijny rytm postaci. A jeśli która z pań, niesłusznie zresztą, lekceważy sobie piękno, to proszę o tem pamiętać, że przy klasycznym chodzeniu swobodniej oddychają płuca, normalniej funkcjonują żołądek i kiszki uwolnione od ucisku, jaki wywierało na nie wielogodzinne, w pochylonej pozie siedzenie, a są to sprawy, których ważność jest już dziś każdemu znana.

Jeżeli Panie chcą zabrać się do chodzenia według „przepisu" proszę zacząć od pierwszej, jeszcze stojącej pozycji. Stajemy wyprostowane, z brzuchem lekko wciągniętym do wewnątrz, z piersią wysuniętą naprzód, łopatkami ułożonemi gładko, niczem skrzydełka, na plecach. Nogi proszę złączyć ze sobą, unieść się lekko na palcach, ręce opuścić swobodnie wzdłuż boków i zacząć się, nie zginając kolan, lekko pochylać ku przodowi. W pewnym momencie uczuwamy konieczność wysunięcia jednej nogi dla uniknięcia przewrócenia. Będzie to pierwszy krok prawidłowego chodzenia. Reszta już pójdzie sama przez się. Kardynalnym warunkiem jest wyprostowanie całego ciała w lekkiej, swobodnej pozycji; zwinięcie ku przodowi albo upadanie w tył na pięty nie jest ani ładne, ani zdrowe. Chodzenie przy odpowiedniej pozycji, przy równem, niezaszybkiem tempie, głębokiem ale bez wysiłku oddychaniem, może w pewnej mierze zastąpić inne ćwiczenia cielesne.



Normalne położenie ciała przy szybkim chodzeniu.

T.



Motyw naturalnej wielkości do serwetek podanych na stronicy 27.

Zbliża się wiosna



57 P. P. Suknia z lekkiej, jasne wełny z czarnym jedwabnym karczkiem łączącym się w jedną całość z rękawami.

58 P. P. Suknia z desenlowego jedwabiu. Karczek i rękawki z jedwabiu w kolorze tła. Krój na tablicy.

59 P. P. Szafirowa spódniczka w czarną kratę. Bluzka czarna z lśniącego jedwabiu zawiązana z boku na szarfę.

Zbliża się sezon wiosennych kostjumów, kapelusze nie skrępowane wysokim futrzanym kołnierzem zaczynają dostawać skrzydełek. Widujemy już coraz szersze rondka, fantazyjnie podgięte lub opuszczone, pokazuje się nawet czarna lniąca słomka, tafta i celofan. Wielkanoc mamy w tym roku wyjątkowo późną, jest to zawyczaj moment sprzyjający sprawieniu sobie nowego kostjumu lub sukni, wiosna zaś, jeśli wierzyć jej pierwszym podmuchom, zawita do nas znacznie wcześniej i dopominać się będzie o swoje prawa.

Trzeba się już rozejrzeć w tem co będzie modne i w tem co nam pozostało z ubiegłego sezonu. Czy będziemy zmuszone coś kupić, czy wystarczy przerobić, może trochę ufarbować, może przydłużyć. Naogół panuje w ubiorach damskich obecnego sezonu a zanosi się na to, że stan taki się przedłuży, niesłychana rozmaitość. Wszystko jest modne, wszelkie kombinacje i fantazje są dopuszczalne. Jestto bardzo pomyślny i bardzo praktyczny objaw, można się ubrać ładnie i tanio łącząc ze sobą dwa materjały, dodając karczki, pelerynki, bufki i plisy. Z każdej resztki, da się przy odrobinie pomysłowości zrobić coś miłego i celowego. W materjałach mamy wybór kolosalny, rok rocznie fabrykanci prześcigają się w pomysłowości, a przy niewysokich cenach łatwo zdobyć się na ładną i efektowną suknie. Na kostjumy mamy prócz gładkich zawsze modnych, materjałów naśladujących męskie, świeżo wypuszczone oryginalne tkaniny przerabiane, napozór grube i ciężkie w gruncie rzeczy lekkie, bardzo praktyczne i doskonale się noszące, chociaż tanie. W tym rodzaju będziemy miały na lato, na suknie sportowe, materjały lniane, przerabiane, różnobarwne, suplaste. Będzie w czem wybrać, tylko trzeba sobie zgóry uplanować co nam będzie niezbędne, bo w dzisiejszych czasach z tem się musimy przedewszystkiem liczyć aby każdy nasz wydatek był naprawdę celowy.

K. M.

Raczy W-na Pani: I) nabyć w najbliższ...m urzędzie pocztowym za 1 grosz niebieski przekaz rozrachunkowy. II) wypełnić go, wpisując na 1-ej stronie:

a) adres „Praktycznej Pani" — Warszawa, Świętokrzyska 17, m. 3,

b) kwotę, należną za prenumeratę, a mianowicie: miesięczną 60 gr. lub kwartalną 1 zł. 80 gr.;

na drugiej stronie: na marginesie (odcinku):

a) swój adres, a więc: imię i nazwisko, miejsce zamieszkania, ulicę i numer domu oraz siedzibę najbliższego urzędu pocztowego.

Celem uniknięcia pomyłek i zwłoki w wysyłce „Praktycznej Pani" adres WPani winien być podany bardzo dokładnie i czytelnie.

b) okres, za który prenumerata WPani wysyła, np. miesiąc marzec 1935 r. I-szy kwartał, i t. p.

O ile WPani wysyła do nas prenumeratę przekazem rozrachunkowym, nie opłaca WPani kosztów przesyłki pieniędzy.

Prosimy pamiętać, że pani, która od czasu do czasu kupuje jakiś numer „Praktycznej Pani", jest naszą... znajomą. Przyjaciółką, tylko i jedynie stała prenumeratorka.

TANIE FORMY BIBUŁKOWE. *Administracja »Praktycznej Pani« wysyła na zamówienie, po otrzymaniu należytości i na koszty przesyłki kwoty 30 gr., formy bibułkowe wszystkich modeli, umieszczonych w dwutygodniku. Ceny wykroi są następujące: bluzka, kamizelka, bielizna, spódnica, garderoba dziecięca — po 1 zł.; suknia, pyjama, szlafrok, kostjum, płaszcz — po 1 zł. 50 gr.*

Celem zaoszczędzenia kosztów przesyłki pieniędzy i zamówienia, radzimy pieniądze przesłać pocztowym przekazem rozrachunkowym (w kolorze niebieskim, do nabycia w każdym Urzędzie Pocztowym w cenie 1 gr.). Na odwrocie przekazu umieścić zamówienie z podaniem numeru modelu z literą, np.: 30 P. P., 75 P. P. i t. d., oraz jednej z następujących wielkości, dostosowanej do własnej figury:

I.	GORS (połowa) 44 cm. —	BIODRA 50 cm. —	DŁUGOŚĆ 118 cm.
II.	„ „ 48 „	„ 52 „	„ 120 „
III.	„ „ 50 „	„ 60 „	„ 122 „

Przekazy rozrachunkowe adresować: Administracja „Praktycznej Pani", Warszawa, Ś-to-Krzyska 17 m. 3.

Z cyklu „niemowlę"

Kąpiel-spacer

Kąpiel dziecka może się odbywać w dwojaki sposób, albo w wanience, albo jak to się często praktykuje na klinikach, pod bieżącą wodą z prysznica. Korzyści kąpieli są nieocenione — ktoby w nie wątpił niech spojrzy na dziecko rzadko lub wcale nie kąpane. Prawidłowa czynność serca, wskutek pobudzonego krążenia, czyni skórę różową, a dobre napięcie jej jest dowodem zdrowia. Kąpiel stosujemy nietylko jako zabieg oczyszczający, ale także jako leczenie przy chorobach zakaźnych, przy wysokiej temperaturze ciała. Tak więc żadne drobne niedomaganie, nie powinno wpływać na zaniechanie codziennego stosowania kąpieli. Dobrze pielęgnowane dziecko kąpiemy stale o tej samej porze, a jeśli mamy do czynienia z niemowlęciem źle zasypiającem w nocy, kąpiemy je z wieczora. W braku wanienki do kąpieli użyć można drewnianej balijki, lub niecki szorując ją przed i po każdem użyciu i przeznaczając ją jedynie na ten cel. Woda może być niegotowana o temperaturze 37°C. Przyborami do tualety będą: dwie miseczki, grzebień, szczotka miękka do włosów, wazelina, wata (przed kąpielą przygotowujemy waciki) myjka, nożyczki do paznokci, mydło, puder i termometr kąpielowy. Dziecko należy namydlić na stole, lub komodzie, ułożone na poduszce ceratowej (o której była mowa w poprzedniej pogadance), którą przykrywa się pieluszką. Wacikami umaczanemi w letniej wodzie, zmywamy buzię, oczy od strony wewnętrznej ku zewnętrznej jednym ruchem; czyścimy nos i uszy, — odrzucając waciki za każdym razem i biorąc świerze. Należy zwrócić baczną uwagę przy myciu uszu, żeby dziecko było przechylone na tą stronę po której jest czyszczona muszla uszna. Następnie namydloną myjką zmywa się całe ciało od główki począwszy, a kończąc na pośladkach. Po namydleniu, wkładamy dziecko wraz z pieluszką do wody utrzymując je na prawem ręku i rozpostartej dłoni — a lewą zmywając mydło.

Po rzech-czterech minutach oblewania ciepłą wodą co dziecko zwykle bardzo lubi wyjmujemy je na poduszkę, okrytą zawczasu prześcieradełkiem i osuszamy starannie skórę delikatnemi ruchami. Po osuszeniu pudrujemy w fałdach skóry uważając, aby pudru nie rozmazywać po wilgotnem. Najlepiej używać do zasypywania talku z pudrem cynkowym. Potem następuje ubieranie w poprzednio przygotowaną koszulkę i kaftanik, obcinanie paznokci przynajmiej raz na tydzień — no i fryzura. Czeszemy miękką szczotką włosy do góry, w razie odkładania i zwijania się łupieżu smarujemy ciemię oliwą i zczesujemy po godzinie grzebieniem.

Wspomnę tu o pewnym przesądzie, który spotyka się niestety w całej Polsce, arówno u ludu wiejskiego, jak i proletarjatu miejskiego. Jest to zakorzeniony głęboko lęk przed obcinaniem kołtuna. Niejednokrotnie pielęgniarki społeczne spotykają się w swej pracy z energicznemi protestami i łzami matek przeciw obcięciu małych kołtunków, które tworzą się ztyłu głowy u niedbale pielęgnowanych dzieci. Szkody mające odbić się na zdrowiu płyną też, według równie smutnych wierzeń, z obcinania paznokci, dzieciom nie mającym roku. Paznokcie powinny się łamać, lub też matki — o zgrozo, same je obgryzają. Bardzo ważnym w życiu i rozwoju młodego organizmu jest codzienny spacer. Jeśli kto lęka się ego zwłaszcza u dzieci urodzonych zimą może zacząć od stopniowego przyzwyczajania dziecka do zimnego powietrza w pokoju. Ubiera się więc je wtenczas ciepło, tak samo jak nadwór i pozostawia tak przez pęć do dziesięciu minut przy otwartych oknach. Po paru dniach możemy już dziecko wywieźć na kilkuminutową przejażdżkę wózkiem na słońce a jeszcze po paru dniach już dwa razy rano i popołudniu na pięć minut.

Niemowlę przyzwyczajone do powietrza zniesie nawet 5°C poniżej zera bez szkody. Kaszel i katar po pierwszych spacerach, są tylko naturalną reakcją błon śluzowych na chłód powietrza i po niejakim czasie same ustępuje. Pierwsze spacery należy organizować już w piątym tygodniu życia. Jeśli dzień jest wilgotny i deszczowy, lub mróz połączony z silnym wiatrem, wtenczas można zaniechać przejażdżki po dworze, a zostawić dziecko przy otwartych oknach w pokoju, aby nie odzwyczajać organizmu na szereg dni naszej często mglistej zimy, od dobroczynnego wpływu świeżego powietrza.

Latem jak to wspomniane było w poprzednim artykule dziecko może być i całą dobę na dworze. W kwestji ubrania to wadomem jest, że najcieplejsze są kombinacje swetrowe i kilka warstw wełny zabezpieczy całkowicie ciało od zimna. Pozatem wełna ma tą zaletę, że jest ogromnie lekka i ubierając w nią dziecka nie obciążamy ich zbytnio. Słońce w życiu każdego organizmu, a zwłaszcza będącego w stadjum rozwoju ma nieocenione znaczenie, ale zarazem słońce jest wielką energją, która nadużyta — szkodzi. Inna jest siła promieni słonecznych w kwietniu i maju, inna od maja do września. Latem dzieci nie powinne leżeć bezpośrednio na słońcu — wystarcza ciepłe powietrze i siła promieni odbitych. Niemowlę przegrzane słońcem traci humor, apetyt, wykazuje podniesioną temperaturę ciała. Dla zapobieżenia udarom słonecznym można w czasie upałów stosować kąpiele natryskowe letnią wodą poczynając od 35°C. i obniżając stopniowo temperaturę. Ubiór w porze letniej musi być zredukowany „od minimum", kostjum kąpielowy dla starszego, a koszulka, lub wogóle nie dla młodszego dziecka będą najstosowniejsza.

Nie lękajmy się powietrza i słońca, a dzieci nasze będą zdrowe i silne, i bez pieczne od chorób; bo nie istnieją zazię-bienia, jest tylko usposobienie słabego organizmu do przyjęcia i wchłonięcia bakterji chorobotwórczych.

B. Świacka.

53. P. P. 54. P. P

53. P. P. Sukienka z miękkiej flaneli z koreczkiem zapinanym z przodu, dla czteroletniej dziewczynki.

54. P. P. Bluzka z lekkiej, jasnej wełny, dla dziewczynki od lat 3—5 spódniczka układana w głębokie fałdy.

Co można z soji brunatnej zrobić w kuchni?

Dziś chybaby nikomu na myśl nie przyszło, zaprzeczać, że kartofel jest jedną z najpożyteczniejszych roślin uprawnych. Gdy się jednak ukazały w Europie pierwsze kartofle, ludzie sadzić ich nie chcieli, bo nie wiedzeli, jak się z niemi obchodzić i jak je przyrządzać. Z początku myśleli ,że jadalne są zielone owoce, które zjawiają się na krzakach po okwitnieniu.

Podobnie jest i z soją. Od niedawna zaczęto nawoływać do uprawy tej rośliny, to też niejeden gospodarz zasadził jej trochę. Jeżeli ściśle się stosował do rad i wskazówek, to i plon otrzymał niezły. Ale nie dość jest wyhodować, trzeba jeszcze umieć zużytkować.

Dziś, gdy na wsi szerzy się bieda i rolnik musi sobie wszystkiego skąpić, bo jaja, masło, mleko, sery, tuczniki, sprzedaje się, aby opędzić wydaki, — sam rolnik z rodziną żywi się tylko kartoflami, kaszą, mąką; często nie stać go jednak na sól i na okrasę.

Soja zaś jest właśnie jadłem, które okrasy nie wymaga, bo zawiera dużo tuszczu. Tłuszcz można nazwać paliwem dla ciała ludzkiego, a zimą człowiek najbardziej tłuszczu łaknie.

Przedewszystkiem ziarna soji trzeba sparzyć ukropem i osmyknąć ze skórki. Przed gotowaniem trzeba soję doskonale wymyć w kilku wodach możliwie jak najgorętszych, żeby rozpuścić i zmyć kleistą powłokę, która otacza każde ziarenko.

Ponieważ soja podobnie jak fasola, musi się długo gotować, dlatego dobrze jest namoczyć ją na noc w zimnej wodzie. Jeśliby nam to było niedogodne, to można moczenia zaniechać natomiast dodać do gotowania szczyptę oczyszczonej sody.

Pamiętać też trzeba, że soja nigdy nie powinna się gotować na zbyt ostrym ogniu. tak, aby się woda bałwaniła, bo wtedy gotuje się nierówno, łatwo się przypala i całe mieszkanie zapowietrza się od swędu z wykipiałej wody.

Soję możemy tak gotować, jak zazwyczaj gotujemy fasolę, oprócz tego przyrządzamy ją jak następuje:

1) Na zielono gotuje się zielone strąki soji z ziarnem jeszcze całkiem miękkiem, ale już wykształconem. Wrzuca się te strąki na lekko osolony wrzątek i gotuje przez 40 minut. Podaje się albo wprost z wody, okraszone masłem, albo też w krótkim białym sosie, cokolwiek zaciągniętym cytryną.

2) Soja na sypko lub w sosie. Dobrze wymytą i wymoczoną soję, gotuje się na wolnym ogniu przez 2 do 3-ech godzin. Soli się dopiero, gdy ziarna są pół miękkie. W ten sposób ugotowaną soję można jeść bez okrasy i jest znacznie smaczniejsza niż fasola.

Zamiast na sypko można ją podać w jakimkolwiek kwaskowatym sosie.

3) Kotlety z soji są również bardzo smaczne i ten, kto nie wie, to nigdy nie zgadnie, z czego są one zrobione, bo w smaku przypominają kotlety cielęce. Robi się je bardzo podobnie, jak doskonale znane kotlety kartoflane. Sojowe są jednak od nich znacznie smaczniejsze, nie mówiąc już o tem, ze bez porównania pożywniejsze. Robi się je tak: pół funta (czyli 200 gramów) soji ugotowanej na sypko (według przepisu drugiego) i ćwierć funta (czyli 100 gramów) kartofli, ugotowanych zwyczajnie na sucho, przepuszcza się dwa razy przez maszynkę od mięsa, lub doskonale tłucze i rozciera tłuczkiem od kartofli. W to wbija jedno jajko i daje się skąpą łyżkę mąki pszennej, soli się, pieprzy do smaku, dodaje siekanej, zielonej pietruszki, kopru, szczypiorku, lub przysmażonej cebulki. Wszystko to doskonale się wyrabia, robi się zgrabne kotlety, macza się je w rozbitem jajku, następnie tacza w tartej bułce lub w mące i smaży na szmalcu lub maśle, dopóki się nie obrumienią. Kotlety te jeszcze lepiej smakują, jeśli do nich podać grzybki marynowane, ogórki kwaszone, lub surową kapustę kwaszoną.

4)Kluski sojowe są wyborne, a robi się je następującym sposobem: gotuje się tyle samo kartofli, ile soji, na sypko. Jedno i drugie przepuszcza się przez maszynkę lub dobrze uciera, dodaje się soli, pieprzu, przysmażoną cebulkę. Następnie wyrabia się doskonale i maczając ręce w mące robi się kluseczki wielkości orzecha włoskiego, które się wrzuca na osolony wrzątek i gotuje przez 6 minut od zagotowania. Wyławia się durszlakiem i odrazu podaje cokolwiek okraszone.

Ani ciasto, ani kluski, ani kotlety, nie powinny leżeć długo, bo się rozlewają i stają się mażące. Powinno się to wszystko robić od ręki.

5) Zupa z soji. Ćwierć kilo wymytej soji gotuje się, aby była zupełnie miękka, ale aby nie rozgotowała się zbytnio. Osobno w drugim garnku gotuje się smak z włoszczyzny. Gdy soja miękka, odcedza się ją, przeciera przez sito przelewając smakiem i następnie zaprawia się ją zupełnie tak, jak grochówkę; wędzoną słoninką z trochą mąki.

6) Kawa z palonej soji jest znacznie smaczniejsza, niż zwykła kawa zbożowa. Palić kawę trzeba starannie albo w szabaśniku, albo poprostu na patelni, ciągle mieszając. Ogień do tego musi być ostry i równy. Palenie powinno trwać pół godziny. Ziarna muszą nabrać barwy mlecznej czekolady. Należy uważać, aby soji nie przypalić, bo wtedy staje się bardzo niesmaczna.

Przed paleniem soja musi być również doskonale wymyta i wysuszona. Kawę z soji przyrządza się tak, jak zwykłą kawę.

7) Soja prużona stanowi przysmak zwłaszcza dla dzieci. Obmytą i wysuszoną soję wysypać na blachę i wstawić na 15 minut do gorącego piecyka. Często zaglądać i blachą potrząsać, aby się równo prużyła. Można też robić z niej różne smakołyki, naprzykład można zrobić pomadkę ze śmietanki czekoladową lub miętową i do niej wrzucić uprużoną soję. Tą mieszaniną smaruje się opłatek, przykrywa się drugim i kraje się, gdy ostygnie.

Zamiast opłatka, można nią przekładać kruche ciasto, pierniki, torty i t. p. jest ona smaczna i bardzo do tego celu przydatna.

8) Ciasteczka z prużonej soji mają tę zaletę, że przechowane w szczelnym słoju blaszanym lub szklanym, dają się nawet parę tygodni przetrzymać.

Pół funta (200 gramów) prużonej soji miele się na maszynce od mięsa i dodaje do tego 2 żółtka, utarte do białości z ćwiercią funta (stu gramami) cukru i sztywną pianą z 3-ech białek; wszystko to lekko wymieszać. Robić na stolnicy zgrabne wałeczki na palec grube, układać na blasze masłem posmarowanej i piec przez 20 do 30 minut w średnio gorącym piecu.

Zamiast z prużonej soji można też robić ciasteczka z gotowanej na sypko. Ćwierć funta (100 gramów) ugotowanej bez soli soji przepuścić przez maszynkę lub rozetrzeć. Osobno utrzeć dobrą łyżkę świeżego masła na pianę, dodawać potrochu 2 żółtka, ubite do białości ze stu gramami cukru mączki. Wszystko to dodawać do soji i ucierać w donicy wałkiem. Gdy powstanie jednolita mieszanina, dodawać po troszeczku ciągle ucierając,, 2 spore łyżki najpiękniejszej pszennej mąki i pół łyżeczki proszku do pieczenia „Luba", lub też na koniec noża szczyptę soli oczyszczonej. Następnie wyjąć ciasto na stolnicę, dobrze podsypaną mąką, robić zgrabne ciasteczka i piec na blasze wysmarowanej masłem, dopóki nie nabiorą złocistej rumianej barwy.

Będą jeszcze smaczniejsze, jeśli się do nich doda skórki cytrynowej, pomarańczowej, lub innego zapachu.

Temi kilku przepisami bynajmniej nie wyczerpałem spisu patraw, jakie z soji robić można, podałam te tylko, które przyrządzałam sama.

M. Dr.



56. P. P.

Elegancka bluzka do kostjumu z karczkiem stanowiącym całość z rękawami.

Ubranka dla chłopczyków



53. P. P.

Kurteczka z jasnego sukna dla chłopczyka od 7—9 lat, bez kołnierza, odsłaniająca koszulę, zapinana na dwa rzędy. Spodnie ciemno granatowe.



54. P. P.

Klasyczny garniturek marynarski dla czteroletniego chłopca. Krój na tablicy.



55 P. P.

Oryginalny garnitur z szarej prążkowanej wełny zapięty na jeden rząd guzików. Kieszenie naszyte i zapięte na guziki.

Bez dachu nad głową

Daleko na Lesznie znajduje się dom noclegowy dla kobiet.

Wielka trzypiętrowa kamienica oddzielona wysokim parkanem od ulicy mieści w sobie ów „hotel nędzy" miejsce gdzie dzień w dzień nocuje 250—300 kobiet nie mających dachu nad głową.

Wraz z kilkoma nędznie ubranemi kobietami, których sterane twarze noszą na sobie ślady niedoli, wchodzę do małej sionki.

Tam już stoi w kolejce przed okienkiem kilka kobiet — jedne liczą pieniądze potrzebne na opłacenie noclegu, kilka rozmawia ze sobą—a kilka stoi patrząc przed siebie szklanym wzrokiem, w którym niema nawet oczekiwania a jest tylko beznadziejność.

Staję i ja w kolejce i usiłuję złowić bodaj fragmenty rozmowy.

— Namoczyłam cholerze pranie i poszłam.

— Toś głupia, nowego miejsca tak łatwo nie znajdziesz i co zrobisz — chyba na ulicę pójdziesz.

—Cóż to koń jestem, aby harowała bez jednego dobrego słowa.

— Obiecali mi miejsce kucharki—Boże jakbym chciała już mieć ten swój kąt i swoją robotę —

— Cały dzień pod Świętym Krzyżem siedziałam i wszystkiego 27 groszy uzbierałam, żyj tu człowiecze w takie czasy.

Gdy tylko mego chłopca wypuszczą z ciupy — gwiżdżę na tę paskudną budę, co mi każą iść o 9-tej spać i jeszcze jakieś pobożne pieśni śpiewają.

Ogonek posuwa się szybko ale coraz to nowe kobiety przybywają.

Ani się spostrzegam gdy przychodzi moja kolej i gdy znajduję się przed okienkiem, w którym siedzi starsza pani.

Przedstawiam się i proszę o pozwolenie zwiedzenia domu noclegowego abym mogła napisać o tem reporaż dla „Kobiety Praktycznej Pani".

„Pani Kasjerka" chętnie zgadza się na moją prośbę i wpuszcza mnie do swego pokoiku, gdzie muszę poczekać aż skończy wydawanie kartek wstępu.

Siadam za nią i obserwuję przesuwający się korowód kobiet.

Zasadniczo nocleg kosztuje 15 groszy—ale przeważająca większość nie może nawet tej drobnej sumy uiścić — nikogo jednak od okienka nie odsyłają — kasjerka zna tu wszystkich i każdemu ma coś do powiedzenia — głos jej brzmi surowo ale oczy mają przedziwnie dobry wyraz, to też nie jedna twarz rozjaśnia się uśmiechem przyjaźni witając „panią v okienku".

— Zbliża się godzina 9 wieczór, kolejka coraz to rzednie — aż wreszcie ostatnia kartka zostaje wydana i drzwi się zamykają.

Zaczynam z kasjerką rozmowę i dowiaduję się, że dom noclegowy jest utrzymywany z funduszów Obywatelskiego Komitetu pomocy bezrobotnym. Miejsc ma 250 ale w zimowych miesiącach nocuje tam do 350 kobiet — latem frekwencja się zmniejsza. Rano i wieczór jest wydawana gorąca woda. Zarząd przytułku stara się nieść wszelką pomoc swoim lokatorkom. Pośredniczy w wynajdowaniu pracy, niektóre kobiety umieszcza w domach zarobkowych. Najbiedniejszym wydaje kartki na obiady, chore kieruje do szpitali i t. d.

Przytułek mieści się na trzech piętrach — na dole są umieszczone t. zw. „staruszki" przeważnie żebraczki. Stanowią one arystokrację wśród miejscowej nędzy—one jedne mają zwykle kilka groszy i stać je nietylko na opłacenie noclegu i na kęs chleba ale nawet często mogą pomócy innym. Serca mają litościwe i dzielą się chętnie.

Taki to paradoks wytworzył się dziś na świecie, że ten co żebrze musi pocy znaleźć nie mogą.
móc tym co chcieliby pracować ale pra-

Drugie piętro przeznaczone dla inteligncji — zajmują przeważnie stare nauczycielki, zredukowane urzędniczki, szwaczki, modniarki i t. p. — tych dola jest najgorsza — nędza tam największa.

Na trzeciem piętrze umieszczone są „młode" rekrutują się przeważnie z po-

śród służących, tych które przyjechały do stolicy szukać miejsca i tych które to miejsce straciły i tymczasem nie mają się gdzie podziać.

Przytułek robi wrażenie dodatnie, sale są wysokie — okna wielkie — wentylacja dobrze urządzona i wszędzie panuje czystość zupełnie wzorowa.

W każdej sali stoją rzędem drewniane prycze.

W chwili gdy zwiedzam zakład są prawie wszystkie zajęte. Jedne z pośród kobiet reperują odzież — inne leżą na twardych deskach patrząc martwo przed siebie.

— Kilka prowadzi ożywioną gawędę, a jedna haftuje piękny obrus Richelieu. Nędza zrównała wszystkie — obok zawodowej złodziejki, nałogowej pijaczki, rozpierającej się obojętnie na drewnianej pryczy — zredukowana urzędniczka — lub była właścicielka wielkich dóbr w Rosji.

Obok starej żebraczki, co to jadła chleb z niejednego pieca, a nigdy do pracy się zbyt nie kwapiła — młoda dziewczyna szukająca napróżno roboty. Obok uczciwej pracownicy, której zarobek nie starcza na zapłacenie własnego kąta — stoi prycza, na której leży dziewczyna mająca na twarzy wyryte piętno występku, a w oczach niespokojne ogniki zdradzające częste używanie alkoholu.

Wszystkie mieszkanki domu noclegowego muszą obowiązkowo poddać się dwa razy na miesiąc kąpieli.

Młode czynią temu chętnie zadość, ale stare traktują kąpiel jako wymysł szatana gwoli ich większego udręczenia.

— Jak się tylko wykąpię, to zaraz się mnie choroba ima — skarży się jedna.

Od tego moczenia to już mi nogi i ręce powykręcało — szepcze ze złością druga.

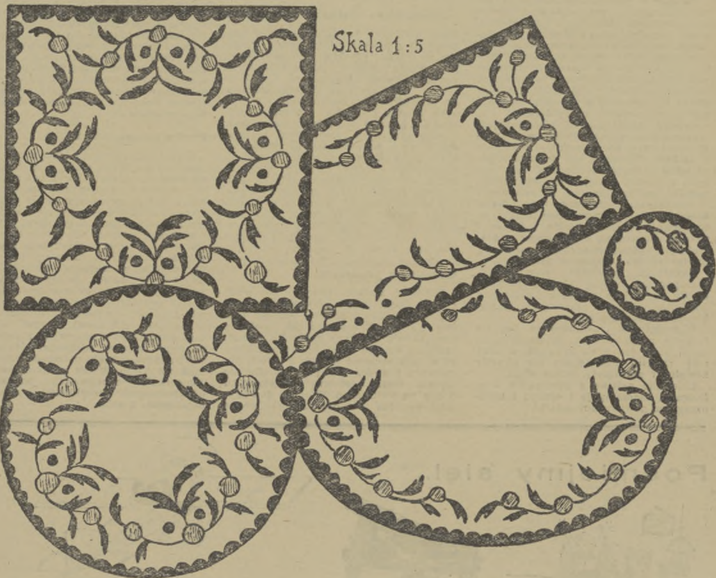
Przytułek jest otwarty od zmroku do godziny 9 rano. Po tym czasie lokatorki muszą się usunąć i przeprowadza się drobiazgowe sprzątanie a co dwa tygodnie dokładną dezynfekcję.

O godzinie 9-ej wchodzi na salę „pani kasjerka" i intonuje „Wszystkie nasze dzienne sprawy". Potem gasną duże światła i zostaje tylko świecąca się lampka przed obrazem Matki Boskiej.

Salę zalega cisza.

Powoli sen otula biedne wynędzniałe dusze ludzkie i prowadzi je ku największemu dla nich błogosławieństwu — ku zapomnieniu.

Marja Ossyk.



SERWETKI

Modele kilku serwetek, o różnorodnym kształcie i wymiarach, ozdobione są jednym motywem haftu kolorowego, który w wielkości naturalnej podajemy na str. Modele serwetek są pięć razy mniejsze od serwetek wykonanych tak że wg miary można sobie samej wzór ułożyć wzorując się na podanych modelach. Brzegiem dajemy zęby dzierganena $1\frac{1}{2}$ cm. szerokie odwrócone zaokrągleniem do środka serwetki, które stosownie do kształtu serwetki układamy w koło owalnie lub w linie proste.

Wzór haftowany dwoma odcieniami jednego koloru biorąc cień zupełnie jasny i ciemny. Ściegi: liście — malarski kwiatki atłasek i łańcuszek, dając na płatki kolor jasny a na obręcze ciemny. Całość robimy na kolorowym płótnie zestawiając kolory tak by pasowały nam do otoczenia w którym będą umieszczone.

Jeżeli komplecik takich serwetek zastosujemy jako nakrycie podwieczorkowe, trzeba kolorem dobrać do koloru porcelany, tworzy się wtenczas całość bardzo ładna. Jeżeli np. mamy porcelanę białą z niebieskim serwetki do tego będą bardzo ładne na płótnie niebieskim — biały haft. Na żółtym płótnie haft lila, na szarym zielony i t. d...

M. W.

Przepisy kulinarne



Pomarańcze i mandarynki.

Pomarańcze i mandarynki są jednemi z najsmaczniejszych owoców, spożywanych w stanie naturalnym; służą też za bezcenną podstawę wykwintnych deserów, sałatek, legumin zimnych i gorących, tortów i ciastek.

Sałatka z pomarańcz. Sałatkę z pomarańcz można przyrządzać z dodatkiem owoców świeżych, konserwowanych, konfitur, jabłek. Zasadą przyrządzania sałatki z pomarańcz jest przedewszystkiem staranne obieranie owocu, tak aby go nie skaleczyć, czyszczenie jak najdokładniejsze z wierzchnich włókien, krajanie pomarańcz na plasterki bardzo ostrym nożem, cienko i równo, oraz odrzucanie pestek.

Sałatka, niezależnie od tego, jak jest przyrządzona, powinna stać dwie godziny na lodzie, aby przeszła aromatem dodatków. Wyborna jest sałatka z pomarańcz i świeżego ananasa, lub ananasa z puszki, mniej może wykwintna, jednak bardzo smaczna, w połączeniu z soczystemi, winkowatemi jabłkami, które kraje się na cieniutkie talarki, po wydrążeniu środka okrągłą łyżeczką i układa warstwami, dając warstwę plasterków pomarańczowych i warstwę bardzo cienko krajanych jabłek.

Układając plasterki pomarańczy, przesypujemy obficie cukrem - pudrem, a gdy się cukier rozpuści, zalewamy kieliszkiem likieru maraskino, białego kirszu lub białego wina.

Wykwintnem zestawieniem jest też łączenie pomarańcz ze świeżemi malinami, które dodaje się do sałatki w ostatniej chwili, aby jagody nie straciły kształtu i niezdążyły puścić soku.

Ubierając sałatkę z pomarańcz konfiturami, osączamy je z syropu i układamy na powierzchni sałatki.

Sałatkę z pomarańcz, jak wszystkie zresztą sałatki owocowe podaje się na kryształowych, lub szklanych salaterkach, lub na lekko wgłębionych talerzach ze szkła, czy kryształu. Prześlicznie wygląda sałatka z pomarańcz o naturalnej barwie i pomarańcz malinowych. Układać można plasterki mijanego, lub w formie wianków, dając jeden jasny i jeden malinowy. Sałatkę taką najlepiej podawać nie na salaterce, a na dużym szklanym talerzu, układając plasterki w wianki, tak, aby jeden zachodził połową na drugi. Przybierając taką sałatkę konfiturami, dajemy na jasnym wianku konfitury o wyraźnej szkarłatnej barwie, na malinowym — jasne.

Pomarańcze malinowe z kremem.

Duże malinowe pomarańcze obrać zręcznie na plasterki, ułożyć jedną warstwą na dużym, płaskim półmisku, posypać obficie cukrem, skropić likierem maraskinowym i trzymać na lodzie godzinę. Ubić krem ze słodkiej śmietanki, zamrozić. Na wydaniu ułożyć w wysoką kopułę pośrodku okrągłego półmiska i otoczyć wiankiem osączonych z soku krajanych pomarańcz malinowych i pomarańczami napełnianemi kremem, które przygotować w sposób następujący: ściąć wierzchy z pomarańcz, wydrążyć łyżeczką miąższ, tak, aby nie ruszyć skórki. Brzegi wydrążonej skórki wyciąć zręcznie w równe ząbki drobne, lub w cztery, albo pięć większych. Napełnić skórki pomarańczowe kremem, spiętrzając go i położyć pośrodku konfiturę, osączoną z syropu.

Galaretka z pomarańcz.

Pokrajać słodkie, soczyste pomarańcze na dosyć grube plasterki, posypać obficie miałkim cukrem i skropić białem winem. Pozostawić tak godzinę. Przygotować smak na galaretkę, biorąc: szklankę białego wina, szklankę lekkiego syropu zacisnąć sokiem z dwóch pomarańcz i dwócz cytryn, osłodzić do smaku. Dodać żelatyny w stosunku 3 dkg. na 1 litr soku. Wlać na dno kryształowej, lub szklanej salaterki trochę galarety, gdy zacznie się ścinać ułożyć warstwę plasterków pomarańczowych, osączonych z soku, pokryć galaretą i postępować w ten sposób dopóki się salaterka nie wypełni. Na wierzchu powinna wypaść galareta. Trzymać kilka godzin w lodzie, podawać przybraną drobnemi biszkopcikami i osączonemi konfiturami.

Legumina pomarańczowa, zamrażana.

Otrzeć 100 gr. cukru w kawałkach o skórkę trzech pomarańcz, zalać niewielką ilością wody (tyle, ile cukier w siebie wchłonie), rozpuścić na wolnem ogniu. Obrać 3 pomarańcze ze skórki i oczyścić z włókien, podzielić na cząstki, rzucić je w syrop i smażyć na wolnym ogniu. Gdy gotowe, ułożyć na sicie, aby obsiąkły i wystygły.

Ubić litr słodkiej, kremowej śmietanki na pianę, pocukrować. Układać w formie ozdobnej warstwę bitej śmietany, warstwę smażonych pomarańcz, postępując tak dopóki się forma nie wypełni. Postawić w lodzie, zamrozić bardzo silnie, a po wyrzuceniu na okrągły półmisek przybrać skórkami pomarańczowemi osmażonemi w syropie, polać sokiem, w którym smażyły się pomarańcze i otoczyć wiankiem drobnych makaroników.

Pianka pomarańczowa.

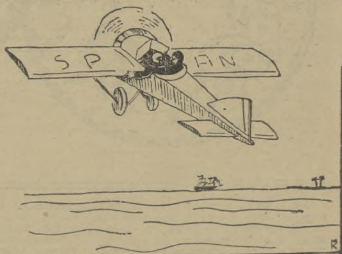
Ubić 200 gr. cukru-pudru z pięcioma żółtkami na lekką pianę. Dodać dowolną ilość osmażonej skórki pomarańczowej, bardzo drobno pokrajanej. Wcisnąć sok z 3-ch pomarańcz i jednej cytryny, wymieszać z ubitemi jajami i mieszać, trzymając naczynie w gotującej wodzie. Gdy krem nabierze odpowiedniej gęstości, zdjąć z ognia i wystudzić. Rozpuścić 25 gr. żelatyny, namoczonej w zimnej wodzie, w szklance ukropu, wlać do kremu, który należy zaciągnąć przedtem kieliszkiem mocnego araku, ubijać na lodzie, a gdy uformuje się lekka piana, wymieszać delikatnie z pianą ubitą z 5 białek, włyżyć do formy, wypłókanej zimną wodą i osypanej cukrem. Trzymać w lodzie. Wydając, wyrzucić na okrągły półmisek, przybrać makaronikami, skórką pomarańczową i plasterkami malinowych pomarańcz, ocukrowanemi, skropionemi arakiem i osączonemi z soku.

Pośmiejmy się!..



NIESPODZIANKA.

Teraz rozumiem dlaczego nasz fortepian miał od kilku dni tak zmieniony głos.



DOBRY WZROST.

Więc mówisz że znałaś Karola? Ależ tak, oddawna, znałam go jak był taki mały.

Nasza skrzynka pocztowa

Pani Neumanowej w Koninie.

Za miłe słowa uznania serdecznie dziękujemy. List Sz. Pani otrzymaliśmy tak późno, że w obecnym numerze nie mogliśmy podać potrzebnych Pani przepisów, podamy je jednak zaraz w następnym starając się je zastosować do Pani potrzeb i umiejętności.

Pani M. Grzybowskiej w Warszawie.

Sukienkę na drutach dla dziewczynki sześcioletniej podamy w najbliższych numerach. Wzór na obrus do kościoła postaramy się dać niedługo. Za życzliwe i tak pochlebne słowa, najserdeczniej dziękujemy.

Pani Annie Jagodzińskiej. Wilanów pod Warszawą.

List Pani sprawił nam prawdziwą przyjemność, pospieszamy też w miarę możności odpowiedzieć na pytania. Ponieważ soja interesuje się wiele osób, podajemy dziś cały szereg przepisów, z których zapewne będzie Sz. Pani mogła z pożytkiem skorzystać. O uprawie tej rośliny napiszemy we właściwym czasie. Możemy tu jeszcze dodać, że mąkę z soji można dodawać do mąki pszennej. Otrzymujemy wtedy ciasto smaczniejsze i znacznie pożywniejsze od zwykłego. Trzeba tylko do wypieku użyć więcej drożdży, bo jest znacznie cięższe.

Wyśmienity jest również olej z soji, może on najzupełniej zastąpić najlepszą oliwę zagraniczną, ma tylko jedną wadę, że prędko jełczeje.
Co do jarzyn na żywopłoty, nadawać się na nie będą wszelkie odmiany grochów i fasoli tycznych. Płoty i siatki można również obsadzić jeżyną, pamiętać jednak należy, że ta ostatnia wymaga słonecznego stanowiska. Na inne zapytania z zakresu ogrodnictwa odpowiemy stopniowo, licząc się z sezonem. Obecnie jeszcze kilka słów o żywieniu dziecka w wieku od roku do dwóch lat.

Pożywienie dziecka, po odstawieniu od piersi i skończonym roku życia staje się coraz bardziej urozmaicone. Dziecko może jadać wszelkie zupy, byle nie zaprawione octem, zamiast którego możemy użyć cytryny. Można mu dawać zsiadłe mleko i kefir, ten ostatni nawet przed skończonym rokiem, dalej, świeży twarożek, kisielki, kluski, makaron, miód, kompoty, jarzynki, galaretki, kakao owsiane, kawę zbożową, płatki owsiane. Jajek do 1½ roku nie należy dawać osobno, tylko w potrawach jak kluski i t. p. Mięso dopiero po upływie dwóch lat. Dziecku, które już tyle rzeczy jada należy zmniejszyć porcje mleka dając dziennie dwie, najwyżej trzy szklanki.

Trzeba zwrócić baczną uwagę nietylko na potrawy zalecane ale przedewszystkiem na zakazane. Herbata, kawa prawdziwa, wódka, piwo i wino, pieprz, musztarda, ocet, ostre przyprawy korzenne, wędliny i marynaty trzeba stanowczo wykluczyć.

Unikać również świeżo upieczonego chleba, świeżego, tłustego ciasta, czekolady, ryb wędzonych.

Dziecko po skończeniu 1½ roku powinno jadać cztery razy dziennie. Namawiać do jedzenia nie należy, dopiero gdyby dziecko szczuplało, nie rozwijało się należycie, trzebaby się poradzić lekarza, o ile jest zdrowe i wesołe nie trzeba mu przeciążać żołądka. Wszelkiego jedzenia poza regularnemi posiłkami unikać.

Rozpisaliśmy się szerzej na temat żywienia dziecka w wieku od roku do dwóch. Zazwyczaj nie możemy na jedną odpowiedź poświęcić zbyt dużo miejsca, ponieważ jednak zapytania Sz. Pani dotyczyły kwestji, które dla niejednej naszej czytelniczki będą ciekawe i aktualne, mogliśmy odpowiedziom dać nieco szersze rozmiary. Prosimy zwracać się zawsze do nas z pełnem zaufaniem, odpowiemy zawsze, musimy oczywiście załatwiać pytania kolejno, żadnego jednak nie pominiemy.

Pani Raćkowa. Łódź

Czarne, glansowane rękawiczki jeśli są mocno zbrukane oczyścić watą umaczaną w benzynie, zachowując ostrożność z ogniem, gdyż benzyna łatwo wybucha. Po uschnięciu jeśli mają miejsca wyblakłe zasmarować je czarnym atramentem a gdy będą suche włożyć na rękę i nasmarować cieniutką warstwą pomadki białej, jakiej używamy do obuwia. Dobrze wyglansować flanelową ściereczką. **Gdyby się nie opłaciło** kupić całego pudełka pomadki można użyć nawet czarnej lub żółtej ale trzeba tem staranniej wytrzeć aby nie zostawiły śladów. Co się tyczy prasowania sztywnej bielizny, w następnym numerze znajdzie Pani artykuł traktujący tę sprawę wyczerpująco.

Pani Barbarze Św. w Grudziądzu.

Ponieważ życzenie Sz. Pani zbiegło się z życzeniami wielu naszych czytelniczek, podajemy w dzisiejszym numerze kilka doskonałych przepisów na zużytkowanie pomarańczy i mandarynek. Dziękujemy najserdeczniej za słowa uznania i zachęty, pragniemy najgoręcej służyć naszym czytelniczkom wszelką radą i pomocą, to też za każdy objaw zaufania jesteśmy prawdziwie wdzięczni.

P. Zofja Olędzka, Jadwisin koło Serocka.

Dlaczego kury zjadają jaja i jak je od tego oduczyć?

Zjadanie jaj przez kury jest narowem zaraźliwym, udzielającym się innym kurom, a zarazem przyzwyczajeniem chorobliwym trudnym do wykorzenienia. Powody tego mogą być różne.

Raz gdy gniazda są odkryte i zbyt blisko siebie położone, względnie gdy ich jest za mało. Wtedy kury staczają walki o miejsce i gniotą jaja. Raz jeden zakosztowawszy tego przysmaku wpadają w narów. Innym znów razem gdy się wyrzuca całe skorupki od jaja i gdy kury mają je możność dziobania, przyzwyczajają się do tego i dziobią potem własne jaja. Pozatem powodem tego tak przykrego dla hodowcy narowu może być brak w organizmie ptaka wapna potrzebnego do tworzenia się skorupek jaj. W tym wypadku należałoby kurom dawać po trochu mączki kostnej, zupełnie na miazgę potłuczone skorupki stary tynk i t. p.

Oduczyć można kury od tego narowu przez urządzenie gniazd o dnie pochyłem, zaopatrzonem w szparę, przez którą jajko spada odrazu na podłożone siano. Można też podkładać takim kurom jaja drewniane, porcelanowe lub gipsowe. Będą one je dziobały, a widząc, że nie dadzą się rozbić oduczą się tego narowu. Niektórzy hodowcy zalecają podrzucanie kurom jajek wypełnionych ziarnem zaprawionem żółcią, karbidem i t. p. Gdy kura raz i drugi spróbuje czegoś tak niedobrego nie ma ochoty do dalszych prób.

Jednak zaznaczyć należy, że nałóg ten jest bardzo trudny do wykorzenienia i jeśli nie chodzi o specjalnie wartościową sztukę to natychmiast ją zabić.

Uczmy się gotować

Lekcja II.

Chcąc mówić o zupach mięsnych trzeba przedewszystkiem zastanowić się nad samem mięsem. Zupy wprawdzie robimy zazwyczaj na resztkach lub kostkach, niemniej jednak winniśmy dbać o to aby mięso pochodziło od sztuk zdrowych i było zupełnie świeże.

Świeża, dobra wołowina powinna odpowiadać następującym warunkom: 1) nie powinna być blada i bezbarwna ani też jaskrawo czerwona; w pierwszym wypadku mogłaby pochodzić od chorego lub wycieńczonego bydlęcia, w drugim od takiego, które nie było zarżnięte ale zginęło w sposób, który nie dał spłynąć krwi, albo też miało gorączkę. 2) Pod naciśnięciem palcami nie powinno być zbyt miękkie ale elastyczne, wilgotne ale nie mokre. 3) Powinno być prawie zupełnie pozbawione woni. 4) Świeży kawałek mięsa pozostawiony kilka godzin na półmisku nic nie powinien wydzielać żadnej wilgoci ani się pod dotknięciem kleić. 5) Trochę tłuszczu mięso mieć powinno nawet wówczas kiedy go nie lubimy, zupełnie pozbawione tłuszczu każe zawsze podejrzewać chorobę. Tłuszcz powinien być jędrny, ani żółty, ani biały ale kremowy.

Najlepsza cielęcina pochodzi od bydlątka sześciotygodniowego lub dwumiesięcznego. Cielęcina ze zwierzęcia, które oprócz mleka otrzymuje już paszę, traci nieco na smaku. Mięso powinno być biało-różowe, czerwonawe pochodzi od sztuk starszych.

Baranina powinna być czerwona z odcieniem brunatnym dobrze okryta tłuszczem. Kto tłustości nie lubi może ją zdjąć, ale tylko z tłustych sztuk otrzymujemy mięso soczyste i kruche.

Wieprzowina powinna być również biaława - różowa i dość tłusta.

Na smak do zupy możemy użyć wszelkich kości; najmniej smaku otrzymujemy z cielęcych, najlepszy z kruchych wołowych. Baranina daje smak doskonały oczywiście jeśli kto lubi baraninę. Kapuśniak wybornie smakuje na kościach wieprzowych.

Dysponując mięso na obiad wiemy odrazu jakie kostki i resztki mieć możemy na zupę.

Kości cielęce, dające odwar nieco mętny i białawy nadają się najlepiej do zup zabielanych, jasnych, jak cytrynowa, ogórkowa. Kości baranie o wybitnym smaku najlepsze są na kartoflankę, można też robić rosół barani podając do niego kartofle. Jeżeli chcemy mieć zupę mięsną a nie mamy odpowiednich resztek, można je zastąpić wędzonym boczkiem, kością od szynki i t. p. Dziesięć deka boczku wystarczy na 3—4 talerze zupy. Najlepiej gotować na nim barszcz, grochówkę lub kapuśniak a nawet kartoflankę. Gotując zupę na kawałkach mięsa, nie możemy tych resztek zmarnować. Pozostawiamy je albo na pierożki i t. p. albo krajemy w zgrabne kawałeczki i wsypujemy na wydaniu do zupy. Co się tyczy ilości kostek jakie trzeba wziąć na zupę, nie można tego określić tak ściśle. Pół kilo mięsa czy kości daje doskonałą zupę na 4 — 5 osób, nawet niezabielaną, ale np. czystą pomidorową. Na zupy zabielane wystarczy ćwierć kilo, zwłaszcza jeżeli kostki są kruche, wołowe. Ponieważ jednak jadamy zupy zabielane lub np. taką fasolową czy grochową nieraz zupełnie bez mięsa, nie możemy być zbyt wymagający; nawet jedna niezła kostka z włoszczyzną da nam dobry smak na 3 — 4 talerze.

Najciekawsze audycje Polskiego Radja

od dnia 25.II do dnia 9.III 1935 r.

Poniedziałek, dnia 25.II.:

12.10. Koncert zespołu J. Rożewicza.
17.00. Śląskie tańce ludowe na instrumentach dętych.
18.00. Skrzynka pocztowa rolnicza.
18.15. Recital fortepjanowy J. Gimpla.
18.45. „Nad Świtezią" pogadanka krajoznawcza.
19.25. Chwilka społeczna.
20.00. Saksofon, piosenka i gitara. Koncert.
20.55. Jak pracujemy w Polsce.
21.45. Odczyt „Serce najsprawniejszy motor".

Wtorek, dnia 26.II.:

15.45. Muzyka lekka.
17.00. Koncert chóru akademickiego.
17.25. Pogadanka społeczna.
20.00. Pieśń miłości — operetka na motywach J. Straussa.

Środa, dnia 27.II.:

12.10. Koncert zespołu P. Rownara i Z. Ledermana.
13.05. Piosenki Tito Schipa.
16.00. Zespół harmonistów.
17.25. Racjonalne obuwie, pogadanka dla kobiet.
20.00. Wieczór Kasprowiczowski.
21.00. Koncert Chopinowski w wyk. prof. Z. Drzewieckiego.
21.40. Pieśni polskie w wyk. A. Dobosza.

Czwartek, dnia 28.II.:

12.30. XVII Poranek szkolny w Filharmonji.
16.00. Muzyka lekka.
16.45. Lekcja języka francuskiego.
17.00. Słuchowisko „Z przeszłości".
18.45. Co czytać? — nowości literackie.
19.30. Melodje z filmu „Król jazzu".
21.00. Koncrt Beethovenowski.
21.45. „Kultura Wielkopolska" — odczyt.

Piątek, dnia 1.III.:

12.45. Starsi i młodzi — odczyt tr. z Katowic.
13.05. Melodje operetkowe.
16.45. Audycja dla chorych.
19.00. Pieśni Ludomira Różyckiego.
19.30. Pieśni Kurpiowskie K. Szymanowskiego.
20.00. Jak spędzić święto?
20.15. Koncert symfoniczny z Filharmoni Warszawskiej.
22.30. Recytacje poezyj (z Torunia).

Sobota, dnia 2.III.:

15.45. Najnowsze nagrania na płytach.
17.00 Transmisja nabożeństwa z Ostrej Bramy w Wilnie.
17.50. Pani pisze listy, odczyt z cyklu „Dom i rodzina".
19.00. Koncert „Polka za polką".
20.00. „Wesoła piątka" — audycja muzyczna ze Lwowa.
21.00. Koncert symfoniczny.

Niedziela, dnia 3.III.:

10.00. Transm. nabożeństwa z Archikatedry Lwowskiej.
13.15. Inauguracja I Międzynar. Konkursu Skrzypc. im. H. Wieniawskiego, Transmisja z Filharmonji Warszawskiej.
14.00. Muzyka lekka w wyk. Wiedeńskiej Orkiestry Salonowej.
15.00. Porady weterynaryjne.
15.35. Piosenki żołnierskie w wyk. A. Gąssowskiego.
15.45. Wybór zawodu — pogadanka dla gospodyń.
16.00. Pieśni ludowe.
16.20. Koncert zespołu banjolistów Pokrowskiego.
17.00. Na five o clocku' — muzyka do tańca.
17.35. „O trzech piekarczykach"— obrazek dla dzieci.
18.45. „Sport w życiu młodzieży' — odczyt.
19.45. „Ruch i tempo Nowego Jorku"— feljeton.
20.00. „Na wesołej lwowskiej fali".
20.30. Muzyka taneczna.
21.0. Co czytać. — nowości beletrystyczne.
21.15. Wiadomości sportowe ze wszystkich rozgłośni.
21.30. Koncert Europejski — transm. z Lipska.

Poniedziałek, dnia 4.III.:

7.50. „Wskazówki praktyczne".
12.45. „Racjonalne pranie" — pogadanka dla kobiet.
13.00. „Karnawał w muzyce" — płyty.
16.45. „Kwadrans słynnych artystów"— płyty (Ign. Paderewski).
18.25. Chwilka społeczna.
20.00. „Coś pikantnego"—audycja starych piosenek.
20.55. „Jak pracujemy i żyjemy w Polsce".
22.15. Koncert polskiej kapeli ludowej.

Wtorek, dnia 5.III.:

12.05. Fantazje i arje operowe.
12.50. Chwilka dla kobiet.
17.15. Utwory muzyki polskiej —transmisja z Poznania.
20.00. „Orkiestra się spóźniła—transm. ze Lwowa.
21.00. „Klocki" — karnawał chłopski.

Środa, dnia 6.III.:

12.50. Chwilka dla kobiet.
16.30. „Klub jakiego nie było" — odczyt z cyklu „Świat dziewcząt".
17.00. Odczyt kształcący.
17.15. Wieniec pieśni ludowych Śląska Cieszyńskiego.
22.39. „Na wesołej lwowskiej fali".
17.35. Krótki koncert organowy—transmisja z Wilna.
18.15. Wesoły sketch p. t. „Nietaktowny człowiek".
19.15. „Więcej drobiu" — pogadanka rolnicza.
20.00. Fragment operowy.
2015. Wieczór Mickiewiczowski —
21.00. Koncert Chopinowski w wykonaniu H. Sztompki.

Czwartek, dnia 7.III.:

13.00. Chwilka dla kobiet.
15.45. „W Praterze znów kwitną drzewa" — koncert — transm. z Krakowa.
17.15 Koncert z cyklu „Sonaty L. van Beethovena" w wyk. Z. Rabcewiczowej.
18.00 Pieśni w wyk. T. Łuczaja.
18.45. Muzyka lekka w wyk. różnych zespołów.
21.00. Teatr Wyobraźni nadaje słuch. p. t. „Goście na kopalni".
21.30. Koncert zespołu, nagrodzonego na Konkursie R. P.
22.15. Koncert utworów K. Kurpińskiego z pow. 150 roczn. urodzin.

Piątek, dnia 8.III.:

12.50 Chwilka dla kobiet.
15.45. Aud. operetkowa z Wilna „Kochanka ekranu".
17.15. Koncert R. Szhumann — kwartet fortepj. Es-dur.
18.10. Fragment z „dziadów" Mickiewicza.
19.35. Koncert Zespołu Mandolinistów „Halka" — transm. z Katowic.
20.00. „Jak spędzić święto".
20.15. Koncert symfon. z Filh. Warsz.
20.40. Higjena młodej dziewczyny — odczyt wygł. dr. M. Kasperowicz.

Sobota, dnia 9.III.:

12.50. Chwilka dla kobiet.
13.00. Rosyjska muzyka symfoniczna (płyty).
13.45. „Nasz handel morski".
15.45. Koncert solistów z Poznania (Dolnicki i Szrajberówna).
17.00. Odczyt „Nowogródek" wygł. W. Hulewicz.
17.50. Pogadanka Brunona Winawera.
18.45. Marsze w wyk. orkiestr symfon.
19.45. Arje i pieśni w wyk. M. Sokół-Rudnickiej — transm. z Krakowa.
21.06. „Walce w różnych formach" — koncert.

ŚWIAT W ILUSTRACJI



Przydrożny krzyż huculski w Worochcie.



Prastary kościół w Żarnowcu z częściowo zachowanym klasztorem S. S. Benedyktynek z XIII w.



Okręty w porcie gdyńskim utrzymujące stałą komunikację z portami Morza Śródziemnego.



Widok ze skoczni w Czechosłowacji w Wysokich Tatrach, gdzie się odbywają konkursy skoków narciarskich.







48. P.P.



49. P.P.







48. P.P. Suknia z materjału w paski, wykończona białym kołnierzykiem z marocain'u w odpowiednim odcieniu.

49. P.P. Elegancka suknia z miękkiej wełny. Spódnica w głębokie fałdy rozchodzi się u dołu w rodzaj falbany.

Wielkiem urozmaiceniem skromnej sukni są zawsze ładne, świeże kołnierzyki, żaboty i kokardy. Na paskach, na końcach szalików, na rękawach bluzek widujemy ładnie haftowane inicjały właścicielek.

„PRAKTYCZNA PANI" tygodnik ilustrowany wychodzi w każdą sobotę **Redakcja i Administracja: Warszawa, Świętokrzyska 17 m. 3, tel. 6-76-72.** Redakcja czynna codziennie od godz. 10—14-ej.

Prenumerata z odnoszeniem do domu przez pocztę: miesięcznie 1 zł. 30 gr., kwartalnie 3 zł. 90 gr., półrocznie 7,80, rocznie 15,60. Numer pojedyńczy 30 gr. Pod opaską mies. 1,70, kwart. 5,10, numer pojedyńczy 40 gr.

Prenumerator nie ponosi kosztów przesyłki pieniędzy do Administracji, **o ile pieniądze nada za pośrednictwem pocztowego przekazu rozrachunkowego** (w kolorze niebieskim), który można nabyć w każdym urzędzie pocztowym w cenie 1 gr.

W sprawach dotyczących **rękopisów i treści pisma** prosimy zwracać się **wyłącznie do Redakcji**, w sprawach odnoszących się do **przedpłaty, ekspedycji, pokrycia należności oraz ogłoszeń—wyłącznie do Administracji**, nie zaś pod osobistym adresem redaktorki. Rękopisów nie zwraca się.

W razie wypadków spowodowanych siłą wyższą w zakładzie, strajków i t. p., wydawnictwo nie odpowiada za regularne dostarczenie pisma i abonenci nie mają prawa do magać się niedostarczonych numerów lub odszkodowania.

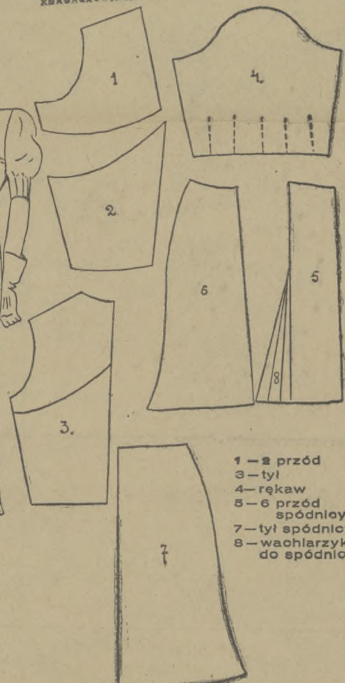
Wzór na poduszkę haft kolorowy.
Na czarnem tle jasno zielone kwiaty i ciemno zielone liście.



Serwetka czworokątna
haft biały i mereżki

Suknia





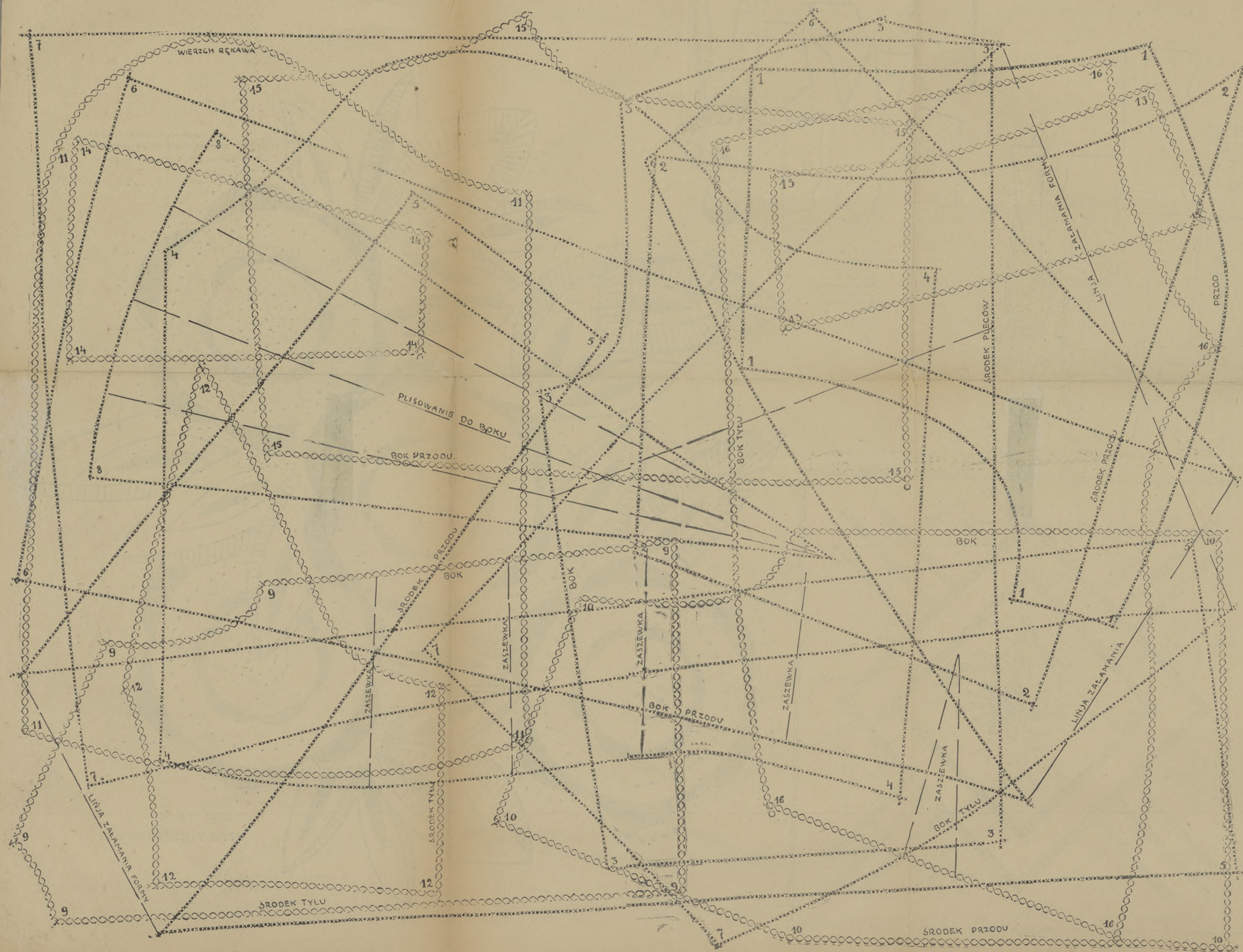
1 — 2 przód
3 — tył
4 — rękaw
5 — 6 przód spódnicy
7 — tył spódnicy
8 — wachlarzyk do spódnicy.

Ubranko dla chłopca

9 — tył bluzki
10 — przód bluzki
11 — rękaw
12 — kołnierz
13 — mankiet
14 — krawat
15 — przód majtek
16 — tył majtek.






WIERZCH RĘKAWA
PLISOWANIE DO BOKU
BOK PRZODU
BOK
ŚRODEK PRZODU
ZASZEWKA
BOK
ZASZEWKA
ZASZEWKA
BOK PRZODU
ZASZEWKA
ŚRODEK TYŁU
LINJA ZAŁAMANIA FORMY
ŚRODEK TYŁU
BOK TYŁU
BOK
ŚRODEK PLECÓW
LINJA ZAŁAMANIA FORMY
ŚRODEK PRZODU
PRZOD
ZASZEWKA
BOK TYŁU
LINJA ZAŁAMANIA
ŚRODEK PRZODU